

春号

は～とふる 栄養だより

こんにちは。管理栄養士の坂本です。

4月になりました。新型コロナウイルスの影響の中不安も多々あるかとは思いますが施設では十分な対応をしておりますのでご安心くださいませ。

ご入居様はみなさまお元気に過ごされております。

先月はおやつレクリエーションとして甘酒の作成。(詳細はクッキング編をご覧ください♪)
春のお茶会を行いました。

桜の花の塩漬けで桜湯と和菓子、春色に飾り付けられた部屋の中で楽しませておりました。



今月から嗜好調査を行い、リクエストのあった献立をお出ししています。

先日は「春の食材を利用した洋食の献立」と題して、スパゲティミートソースを提供。

普段箸が進まない方もペロリと平らげていらっしゃいました。→写真は4種の食事形態。(常食、刻み、極刻み、ペースト)



【は～とふる特製ミートソースレシピ】

豚ひき肉 30g、玉葱 30g、人参 30g、油 1g、
薄力粉 4g、バター 4g、塩 3g、胡椒少々、
ケチャップ 20g、トマトピューレ 20g、赤ワイン 1.2g

①野菜と挽肉はあらかじめ塩、胡椒をして
炒めておく

②バターをフライパンで熱し薄力粉を炒め
ある程度まとまりがでたら、調味料を入れ
とろみが出るまで煮詰める

大変好評でしたソースのレシピです →

ご家族様もよろしければお試しくださいませ。

引き続き調理・おやつレクリエーションや

季節を感じて頂けるようなレクリエーションを企画、実施してまいります。

次号の「栄養だより」もお楽しみに♪