



7月の行事食



～患者様のお声～
楽しいひとときを
過ごせました。
ありがとう！



今回の調理員さん

7月7日(木) 七夕
七夕そうめん
天ぷら
星形杏仁フルーツ
おにぎり



【七夕そうめんの調理ポイント】

見た目でも楽しんでいただけるように天の川を見立てて盛り付けました。
具材と具材が混ざらないように盛り付けるのがポイントです。



～患者様のお声～
土用丑の日を感じ
ることができ
嬉しかったです



栄養士からのポイント

7月23日(木) 土用の丑の日
うな散らし
青菜の和え物
冬瓜のそぼろあん
フルーツ



【うなぎの栄養素について】

うなぎには疲労回復に効果のある**ビタミンB1** や
動脈硬化を予防する **DHA** や **EPA**、
免疫機能に関わる **ビタミンA** が含まれています。
うなぎを食べて暑い夏を乗り切りましょう！