

8月のイベント



スイカ割り 手作りロールケーキ

夏の風物詩、スイカ割りをして、皆さんですいかを召し上がって頂きました。皆様、元気に楽しくスイカ割りに参加してくださいました。栄養課お手製のクリームと果物たっぷりのロールケーキもペロリと笑顔でお召し上がりいただきました。



中秋の名月は9/25(金)
でも、満月は
2日後の9/27(日)っぽ

次回10月の イベント

【出来立てラーメン・餃子】 のお知らせ

9月は敬老の日がありますね。
皆様には、出来立てのラーメン
と、出来立ての餃子をお召し上がり
いただきます。





8月の選択食

Fish or Meat

当デイケアでは月に2回選択メニューを開催しています。皆様にお肉かお魚かなど、メニューを選んで頂いてます。「自分で選べる!」というのは嬉しい事です。今月も笑顔で召し上がられてました。



栄養課より



残暑に負けない体は食事から!

残暑の時期は、**「水分+たんぱく質+炭水化物+ビタミン・ミネラル」
**を無理なく補うのがポイントです。食欲が落ちていても、少量をこまめに食べれるようにしましょう。

残暑の体力回復メニュー

豚しゃぶそうめん（使用する食材：そうめん、豚しゃぶ肉、トマト、胡瓜、ミョウガ、めんつゆ、マヨネーズ、ごま）

豚肉からたんぱく質とビタミンB1、そうめんからエネルギーを補給できます。

