

栄養だより vol.9



2021年6月 栄養部

イベントメニュー(2021年1月~3月)

1月1日 正月

【献立】

- •赤飯
- ・生酢(干柿入り)
- ・盛り合わせ
- (黒豆、数の子等)
- 雑者汁



2月14日 バレンタインデー

【献立】

- ・タンドリーチキン
- ハート人参
- 和風サラダ
- かぶの和え物
- ・チョコプリン



3月3日 ひな祭り

【献立】

- ・ちらしずし
- かじきの照焼
- 菜の花の浸し
- 清汁
- ・ひなあられ



3月22日 お花見メニュ・

【献立】

- •春ご飯
- ・魚のピカタ
- ・甘酢和え
- 菜の花の浸し
- ・桜ゼリー



<患者の声(一部抜粋)>

- 正月メニューの食事をいただいた時は、うれしかったです。
- ・孫にちらし寿しを作ってやれずへこたれていた夕食に、シェフの粋な計らい、ちらし寿司とゼリーのプレゼント。 沈んでいた気持ちがほっこり胸熱くなりました。













神師を表気に悪いかいきしょう!

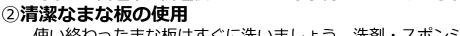
今年は全国的に早い梅雨入りとなりました。湿度や気温が上がり、細菌による食中毒が起こり やすくなります。食中毒予防のポイントをご紹介します。元気に梅雨を乗り切りましょう。

食中毒予防のポイント



①こまめな手洗い

生野菜、生肉、生魚などには細菌が付着しています。調理前だけ でなく、調理中、調理後にもこまめな手洗いを心がけましょう。



使い終わったまな板はすぐに洗いましょう。洗剤・スポンジでの洗浄後、 熱湯消毒あるいは塩素系の漂白剤で消毒すると、より効果的です。

③食品の温度管理

温かいものは温かいうちに、冷たいものは冷たいうちに、調理された食品は 早めに食べましょう。新鮮な食材を選び、常温で放置しないようにしましょう。

④エコバックにもご注意を!

細菌知らぬ間に肉や魚の汁などが付着し、食中毒菌が増殖してしまうことがあります。 エコバックは定期的に洗う、購入後の食材はポリ袋に入れるなど、工夫しましょう。

