

# 5月の食の予定

端午の節句

節句弁当提供

母の日&風船バレー大会

稲荷ずし

喫茶

セミパブリックスペース

## 野菜をもう一品 人参の炒め物

材料 人参 1本

ツナ缶 1/4缶

ごま油 小さじ1

あれば酒 小さじ1

食塩・こしょう

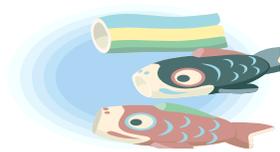
※ツナ缶でなくても、ハムやベーコンにかまなどでアレンジして下さい



人参は同じ大きさに切ると出来上がりがきれいです。お弁当の彩りにもつかえますよ

①人参は皮をむき、千切りにしておく

②フライパンを熱し、ゴマ油を温め、ツナ缶と千切りにした人参を手早く炒め、酒、塩、こしょうで味を整える。



特別養護老人ホーム  
かたふち村  
管理栄養士  
山田 由貴

## 村のごはん新聞5月号 (4月の出来事)

すっかり春らしいほかぼか日和で気持ちの良い季節になりました。4月からの消費税の増税にまけないように、工夫やアイデアで楽しい食事の時間を演出しようと奮闘中です。

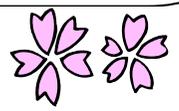


## 毎年恒例花祭り

4月8日の「花祭り」言わずと知れたお釈迦様の誕生日です。毎年この日は松花堂弁当での昼食となります。季節の桜ご飯や、エビ団子、桜餅のピンクが印象的なお弁当♡  
目で見ても春を感じさせるおいしくて楽しい昼ご飯となりました。



「どこかにきかっていたぞうかね。」  
「やっぱりテザートは最後やろーね。」



# 村の菜園の収穫祭

昨年秋に種をまいた大根が収穫の時期を迎えました。(ちよっと遅いんですけど・・・)。ユニット1丁目のご利用者に手伝ってもらって大根の収穫にレッツゴー!

採れた大根は女性陣が手際よく調理して下さりました。メニューは「大根の味噌汁」「大根の煮物」「大根の葉の炒め物」です。採れたての大根はちよっと苦味がありましたが大根の恵みが体をきれいにデトックスしてくれそう。出来上がる前から鯉だしのいい香りに包まれたユニットで昼食でした。



がんばって切ったので、大根だらけです



よか色に炊けて、おいしそうですね。



大根、よう煮えとりますよ。



私とどっちが色白かな?



こちら辺を抜いてみましょうか

