

smile  
kitchen

summer  
2019

エクセルシオール千葉

エクセルシオール佐原

エクセルシオール山武

# 担当施設の紹介

## エクセルシオール千葉

薬膳料理を第1水曜日に提供しています。生薬を使用し、温熱性、平性、涼寒性の食品を組み合わせて、季節や食べ物の性質を考え、体のバランスを整えるよう美味しい和漢膳を目指しています。

薬膳サンドイッチ 南瓜スープ  
里芋餅 莓と生姜のミルクゼリー



## エクセルシオール山武

### 《オレンジカフェ》

毎月1回、第2金曜日に開催。

手作りおやつと飲み物を提供しています。

※オレンジカフェとは…認知症の方とご家族、地域住民専門職が集い、認知症の方を支えるつながりを支援する場です。



### 《益子焼》

新しい食器の仲間入りです！栃木県で益子焼の食器を購入！入居者様にも好評です♪

## エクセルシオール佐原



エクセルシオール佐原では、デイサービスの方にお誕生日プレートを作ってお出ししています。5月から提供を始めたのですが、とても好評です。これからイベントを増やしていくつもりですのでどうぞ、お楽しみに♡

### 夏のおススメメニュー ゴーヤとツナのマヨネーズ和え

ゴーヤ お好み（大体 100 g） ツナ お好み（大体 90 g） マヨネーズ お好み（大体大さじ 2）

1. ゴーヤをスライスする（苦いのがお好きな方は3mm程の厚めに切る）
2. 塩もみをして、味を染み込みやすくする（きゅうりの塩もみと同じ感覚で）
3. 塩もみしたゴーヤをさっと洗い、水気を取って、ツナとマヨネーズでゴーヤを和える
4. 完成！

### 編集後記

梅雨も明け、暑い時期になってきました。

無事、編集を終えることができ、皆様に感謝申し上げます。

私自身、なかなか時間が取れず、編集を開始するのがギリギリになってしましました。

ですが私なりに精一杯努力したつもりです。今年管理栄養士の資格を取得し、異動になって3ヶ月弱。

まだまだ新人の私ですが、よろしくお願ひ致します。

上記のゴーヤのレシピ、実は私が好きなメニューなのです。

材料があつたら、すぐ作れます。皆様も良ければ作ってみてください。

ゴーヤが好きな方はハマると思います。

エクセルシオール佐原 岡田

## 2019年 七夕行事食

続きまして、今年の7月7日の  
お食事です  
各施設、色とりどりのお食事で  
した



エクセルシオール千葉



エクセルシオール稻毛海岸



エクセルシオール西国分寺



エクセルシオール八千代台



リッチランド豊南郷



エクセルシオール山武



エクセルシオール横浜阪東橋



エクセルシオール湘南台

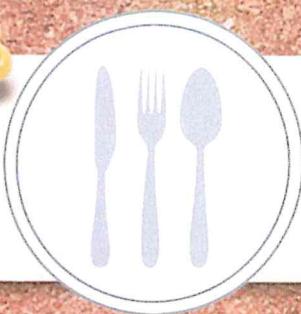


エクセルシオール佐原



エクセルシオール秦野

願い事が叶い  
ますように!



## 4月24日有料事業部 栄養課会議開催

①チシャトウ（高機能性野菜）ビジネスの魅力と各種料理の紹介

②三島食品による商品紹介と調理実習が行われました。

チシャトウは世界初の抗アレルギー野菜として、医・薬学会でも注目される野菜です。今回は、チシャトウを使ったババロア、パン、金平を皆で試食しました。また、三島食品の商品を使用し、ちらし寿司、七夕そうめん、けんちん汁、フライドポテト、焼鳥、ご当地おにぎり（神奈川・東京・千葉）を調理し、試食しました。

