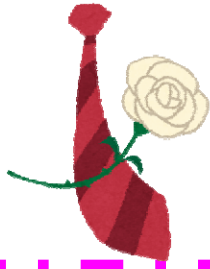




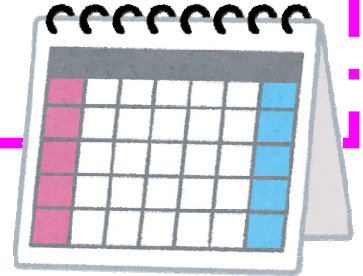
みぬま 食ネット



発行
老人保健施設みぬま
食養科
このニュースはみぬま
HPにも掲載されています
<http://rouken-minuma.jp/>



6月が始まります。早いものでもう、
一年の半分以上が過ぎようとしています。



6月は休日がないって、知ってましたか？

今年、8月11日に「山の日」が作られ、6月が最後に残ってしまいました。

なんで、6月には祭日を作れないのか・・・不思議ですね。

一説には、6月10日(時の記念日)、父の日、夏至(6月21日頃)の休日を目指す動きがあったみたいなのに・・・

ところで皆さん知ってましたか？漫画「ドラえもん」。この中にドラえもんのポケットから出てきた「日本標準カレンダー」を使ってのび太が6月2日を「ぐうたら感謝の日」として、漫画の中では祝日にしたんですよ。



★今月の一品

●クリームヨーグルトのフルーツ添え
父の日にさっぱりとした簡単デザートで感謝の気持ちを・・・

★材料(2人分)

プレーンヨーグルト	150g
生クリーム	1/2カップ
砂糖	15g
季節のフルーツや缶詰果物などを使って	適量

★作り方

小さ目のボールにザルをおき、ペーパータオルをひいてから、ヨーグルトを入れる。
冷蔵庫に2～3時間くらい、水切りをしておく。
ホイップクリームをつくる。(7分立ちくらい)
ヨーグルトとホイップクリームを混ぜ合わせ、上にフルーツを盛り付ける。

老健みぬまでは、利用者様の食事についての相談を調理師が承っております。お気軽にご相談下さい。



注) 病態に応じて、使えない食材などもあります。
医師との相談の上、お使いください。