



さざんか便り

2021.4月号

1年振りの桜に
心が洗われた、ひと時でした



今年は少人数ずつの、マスクをしつつになりましたが、



ぽかぽか陽気の中、

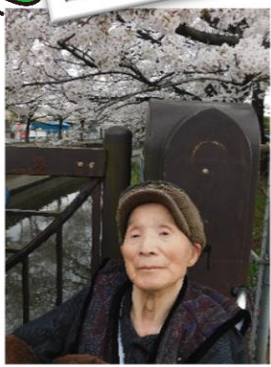
見沼用水の桜並木まで、お散歩に行きました。



満開の桜に
皆様の笑顔も
ほころびます



ピース
サインも、
きまっ
て
いますね



にっこり

メニュー

- ・ごはん
- ・さわらのパン粉焼き
- ・じゃが芋のそぼろ煮
- ・フルーツ缶（白桃缶）
- ・清汁



今月の献立



4月より、食事は㈱メフォスに業務委託になりました。
より美味しい料理を提供できるように配慮してまいります。

さわらは「鱈」と書き、春を呼ぶ魚とされています。
体に必要な必須アミノ酸がバランス良く揃っており、アミノ酸スコアは「100」と、とても良質な蛋白質を含む魚です。

又、さわらの脂質には不飽和脂肪酸の一種であるDHAやEPAを含みます。DHAやEPAは、血管の柔軟性を保ち、血液をサラサラにして流れを良くする作用があります。その他、中性脂肪の低下や血栓を防ぎ、脂質異常症や、高血圧、動脈硬化の予防にも効果があります。

管理栄養士 矢作

職員だより

こんにちは。

4月より管理栄養士として入職しました矢作（やはぎ）と申します。

さざんかの郷は、特養第1号として川口市で認可された、記念すべき施設で、その場所で働ける事を光栄に思います。

給食業務は4月から、株式会社メフォスに委託し、より良い食事提供を目指しております。

御利用者様に「美味しい」と言って頂けるよう、又、食事ですぐに幸せを届けられるよう、これから頑張っていく所存です。

宜しくお願いいたします。

管理栄養士 矢作正子





社会福祉法人

ひふみ会