

# 6月行事食 《常食》



エネルギー488kcal たんぱく質 14.4g 脂質 3.8g 炭水化物 96.9g 食塩相当量 2.5g

## お品書き



鮎の塩焼き

きゅうりの梅酢和え

南瓜のつゆ浸し

あじさいゼリー



今年も、高津川での鮎釣りが解禁になりましたね。6月の行事食では毎年恒例となっている鮎を提供し、患者さま・入所者さまに好評を得ました。

体調を崩しやすい時期ですので、食事・睡眠・休養を十分に行い、夏の暑さに負けない身体作りをしていきましょう。