

# smile Letter

～ 管理栄養士が届ける栄養と健康の手紙～

## 7月 行事食

### 誕生日メニュー

～神奈川みどころ御膳～  
かで飯・牛鍋・福神漬け和え・  
けんちん汁・すいか



- バウムクーヘン（1回分）  
 • ホットケーキミックス150g  
 • 牛乳 150ml • たまご 1個  
 • 溶かしバター 30g  
 • はちみつ 大さじ1（多めでも◎）  
 • 砂糖 20g • 焼き油 適量

- ①材料をすべて混ぜる。
- ②ホットプレート（卵焼き器でも◎）を温め油を敷き、生地を薄く流す。
- ③生地が乾く程度焼けたら、アルミホイルを棒状にしたものに巻き付けていく。  
※生焼けだとこの後火は通らないので注意。
- ④生地がなくなるまで繰り返す。



**土用の丑の日**  
今年は7/24と7/26に  
うなぎの提供をしました！



ホットプレート  
で作る場合は倍  
量がおすすめ！

かりんの里では料理レクと手作りおやつを毎月実施しています。7月は料理レクでバウムクーヘン、手作りおやつでチヂミを作りました。また、7月は七夕にちなんで七夕ゼリーや職員のお家で採れたルバーブでジャムを作り、おやつのパパロアへ乗せて食べました。料理を通じてご利用者様が楽しみを持って生活をしていただき、季節を感じていただけだと思います。



七夕ゼリー



ルバーブジャム

JAM  
ルバーブを初めてみた方も多く、赤いふき？と驚かれていました。



バウムクーヘン

②

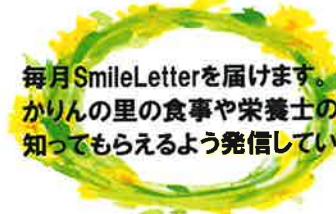
①

③④

②

③

④



かりんの里の食事や栄養士の活動を  
知ってもらえるよう発信していきます！

介護老人保健施設かりんの里  
令和6年8月 Letter.20  
管理栄養士：矢澤