

『12/18 (土) に少し早いクリスマス会を実施しました』

※食事量が多いので、クリスマスケーキは後日提供予定です



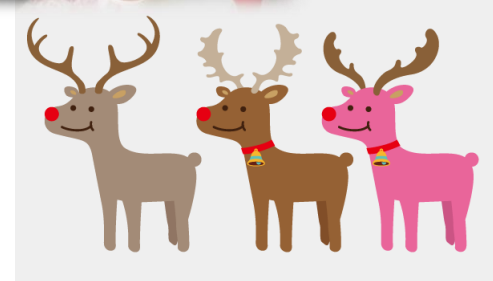
栄養室
&
厨房便り

12月行事予定
12/18 (土) にクリスマス料理
12/31 (金) に年越しそば
を予定しています。



クリスマス料理

利用者様のお好きなものばかりです



年末年始はクリスマスやお正月等
楽しみな行事が続きます。
食べ過ぎや飲み過ぎで
生活のリズムが乱れてしまうと
抵抗力が低下し油断していると
風邪をひいてしまった…
なんてことにもなりかねません。
年末年始は食事の摂り方に注意しましょう。



早いものでもう師走となりました。
皆様にとってどんな1年でしたか？
今回は31日提供予定の年越しそばについて
お話ししたいと思います。



なぜ大晦日にそばを食べるの？

そばは細く長いことから
寿命を延ばし家運を伸ばす
という願いを込めた説や
又そばは切れやすいので
一年の苦勞や厄災をさっぱり断ち切って
新年を迎えるという説があります。



- 《常食》
- 穴子ちらし寿司
 - 刺身盛合せ
(中トロ・ハマチ・サーモン・甘海老)
 - 茶碗蒸しいくらのおせ
 - 鶏の唐揚げ・フライドポテト
 - 野菜サラダ
 - 清汁
 - メロン&いちご

《極刻み・ペースト》

- 牛肉赤ワイン煮
- 茶碗蒸しいくらのおせ
- マセドアンサラダ
- 清汁
- いちごババロア

