

栄養室 & 厨房便り



1/1 昼食お正月献立

- ・お赤飯
- ・ぶりの照焼
- ・茶碗蒸し
- ・黒豆
- ・栗きんとん
- ・お雑煮風

※1.2.3 日朝食はおせち料理提供

明けましておめでとうございます
本年もよろしくお願い致します



毎度の事ながら厨房は大忙しです！
メフォススタッフの皆さん、今年もよろしくお願い致します！

12/31に
《年越しそば》
を提供しました



お正月は一年を健康に過ごすための願いが込められた様々な行事が行われます。

《1/1 おせち料理》

【伊達巻】

見た目の華やかさと
書物のような巻物に似ている形から
「知恵が増える」事を願う縁起物です。



【昆布巻】

昆布巻き「こぶ」とは
「喜ぶ」と語呂合わせがされており
巻きは「結び」を意味し
不老長寿を願います。



【えび】

えびの様に腰が曲がるまで
長生きできるようにと願います。



【紅白なます】

紅と白のお祝いのお水引を
人参と大根で表現したものが
紅白なますです。

平和を願う縁起物の料理です。



【きんとん】

きんとんは「金団」と書き
「金色の団子」又は「金色の布団」という意味があります。
黄金色の見た目を金塊や小判に見立てていることから
転じて金運上昇を願う料理になりました。



《1/7 七草粥》

せり・なすな・ごぎょう・はこべら・ほとけのざ・すずな(かぶ)・すずしろ(大根)
の春の七草を刻んだお粥を食べて1年の無病息災を祈ります。



《1/11 鏡開き》

お正月にお供えした餅をお汁粉やお雑煮にして食べます。
鏡餅を食べることで年神様の力を授けてもらい新年の無病息災を願います。



常食



ペースト

昨年12/24の
おやつに
提供した
クリスマスケーキ
です

