

# 栄養科だより ~No.29~

当院では、年に12回程度の行事食を実施しております。  
今回は12月実施の『クリスマス』、『大晦日』、  
1月実施の『お正月』メニューを  
紹介させていただきます。

## クリスマス

H28.12.24(土)実施

### ~メニュー~

- ・ブラウンシチュー
- ・マカロニサラダ
- ・ソテー
- ・クリスマスデザート

ブラウンシチューの上にとろっとした卵と星やツリー型の人参をのせて味も見た目も楽しんで頂けるようにしました。

デザートはチョコレートケーキやチョコレートムース、糖尿食の方には低カロリーの杏仁豆腐ゼリーにいちごを添えて提供致しました。



クリスマスツリーと  
サンタを描いたマットと  
カードで  
クリスマスを演出しました。

## 大晦日

H28.12.31(土)実施

### ~メニュー~

- ・年越しそば
- ・かき揚げ
- ・チキンサラダ
- ・デザート
- ・ジョア

年越しそばを提供しました。

大晦日に年越しそばを食べる由来ですが、そばは他の麺類と比べて切れやすい事から「今年一年の厄を断ち切る」という意味があるようです。また、内臓に溜まった毒を取り払うという考えから、新しい年を健康で迎えられるように食べたとされている説や、細く長い見た目から長寿への願いという意味もあつたようです。



めんつゆは  
病棟でかけて  
提供しています。

# お正月

H29.1.1(日)~2(月)実施

## ~メニュー:1/1朝食~

- ・ご飯
- ・清汁
- ・お節盛り合わせ  
(数の子・黒豆・伊達巻)
- ・生酢

## ~メニュー:1/1昼食~

- ・ご飯
- ・口取り  
(海老・紅白かまぼこ・厚焼き卵・鶏肉の野菜巻など)
- ・煮しめ  
(里芋・大根・人参・椎茸・絹さや)
- ・フルーツ

## ~メニュー:1/2朝食~

- ・ご飯
- ・味噌汁
- ・お節盛り合わせ  
(昆布巻・栗きんとん・厚焼き卵)
- ・かぶの香り和え

お正月に食べるお祝いの料理を指しておせち料理といいますが、昔の人々はおせち料理に豊作や家内安全、子孫繁栄を願う意味を込めました。病院でお出ししたおせち料理の意味をご紹介します。

1/1朝食



○数の子...子宝と子孫繁栄を祈る  
数の子はニシンの卵。二親(にしん)から多くの子がでることから。

○黒豆...邪気を払い、無病息災を願う  
まめ(まじめ)に働きまめ(健康)に暮らせませすように。

○伊達巻...文化の発展、学問や習い事の成就を願う  
伊達巻の形が巻物に似ていることから。

○紅白なます...平安と平和を願う  
紅白の色は水引きを表す。

○海老...長寿を祈る  
腰が曲がるまで長生きすることを願う。

○紅白かまぼこ...紅白は祝いの色

○レンコン...将来の見通しが良い  
たくさんの穴があることから。

○煮しめ...家族が仲良くいっしょに結ばれる

1/1昼食



口取り



○昆布巻...不老長寿、子孫繁栄、文化の発展や学問成就  
こんぶは養老昆布=よろこぶという語呂から縁起が良い。

○栗きんとん...金運を呼ぶ縁起物

1/2朝食

