

栄養科だより ~No.34~

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2月実施の『節分』、『バレンタイン』、
3月実施の『ひなまつり』メニューを
紹介させていただきます。

節分

H30.2.3(土)実施

~メニュー~

- ・ほっけの塩焼き
- ・五目豆
- ・漬物
- ・味噌汁

日本には古くから鬼を追い払うために「鬼は外！福は内！」と言いながら鬼に向かって豆まきを行う風習があります。

豆まきのために炒った豆は「福豆」と呼ばれ、「福豆」を食べることで体に福を取り込み、一年間健康に過ごせると言われています。



大豆、大根、人参、印元、
などが入った五目豆で
す。

バレンタイン

H30.2.14(水)実施

~メニュー~

- ・きつねうどん
- ・辛子マヨネ和え
- ・チョコプリン
- ・ジョア

バレンタインデーは、日本では女性が好きな男性に気持ちを伝えるためにチョコレートを贈る日と言われています。

一方、欧米諸国では、「恋人たちのための日」とされ、男性から女性にプレゼントを贈ることが一般的のようです。



ひなまつり

H30.3.3(土)実施

～メニュー～

- ・散らし寿司(粥食: 鮭の照焼)
- ・かにあんかけ
- ・菜の花の辛子和え
- ・ひなまつりゼリー

3月3日は女の子の誕生と健やかな成長を願う「ひなまつり」と言われていますが、

じょうし

正式には「上巳の節句」や「桃の節句」と言います。

雛人形を飾り、散らし寿司やはまぐりのお吸い物などを食べ、家族みなでお祝いしましょう。

