

栄養科だより ~No.33~

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

H29.12.25(月)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

クリスマスカラーの赤、緑、白、黄を使い、色鮮やかなメニューに致しました。これらの色を使うことでクリスマスの気分や雰囲気にしてくれますよね。それぞれの色には、意味があり、使われています。

赤・・・「愛と寛大さ」

緑・・・「力強さ」「永遠の命」「希望」

白・・・「純白」「潔白」

黄・・・「高貴」「希望」「大切さ」



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

H29.12.31(日)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

年越しそばは、「今年の不運を断ち切る」、「新しい年に向けて願いを込める」など、様々な理由で昔から食べられています。

夕食時や、除夜の鐘を聞きながら召し上がる方が多いようですが、**年が明ける前**の大晦日であれば、**いつ食べても良い**そうです。



めんつゆは
病棟でかけて
提供しています。

お正月

H30.1.1(月)～2(火)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:1/2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

～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

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)に暮らせませうように。

○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

