

味 便 り

さくらの里デイサービス 1月献立案内



第229号 令和6年12月15日発行 社会福祉法人心の会 さくらの里 栄養士：斉藤香代子
住所：横須賀市小矢部4-19-4 電話：046-852-0500 FAX:046-852-0643

1月のお勧め献立

お正月特別献立

4日(土)、6日(月)、9日(木)、10日(金)

新年の初めの週はお雑煮、ちらし寿司などをお楽しみ下さい。

小豆粥 15日(水)

小正月の1月15日に小豆粥を食べるのも日本古来の伝統です。小豆の朱色が邪気を払うと言われています。



年明けうどん 8日(水)

年明けうどんとは白いうどんに紅い食材をトッピングして元旦から15日の間に食べ家族の幸せを願うそうです。

成人の日・祝日御膳 13日(月)



出世魚は、江戸時代のころから名前が変わる魚として親しまれ成長のお祝いなどに利用されていました。
出世魚は縁起が良いとされているため、贈り物などとしても喜ばれます。

花御膳・水仙 23日(木)

早春を彩る水仙をイメージしたお料理をお楽しみ下さい。

今月の旬魚 ハタハタの一夜干し 24日(金)

秋田のお正月には欠かせない、1月が旬のお魚です。
珍しい逸品をお楽しみ下さい。



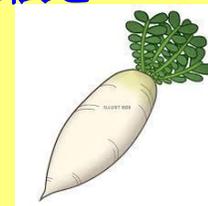
今月のお茶会は23日(木)横浜ハーバーです。

1月の特選料理

大寒の三浦大根会席

20日(月)

旬の地元の野菜、三浦大根を
みぞれ和え・大根スープ
ぶり大根などいろいろな
メニューをお楽しみ
下さい。大根は
インフルエンザの予防になります。



栄養士のお勧め

4日(土)

鯛周姿焼き

新年最初のご利用日は、
一年に一度だけ
のご馳走、鯛の
姿焼きをお出し
します。

