



の給食だより



今月のメニュー



- 1/1 昼食 おせち料理
- 1/6 昼食 お雑煮
- 1/7 朝食 七草粥
- 1/13 昼食 鏡開き(おしるこ)
- 1/21 昼食 新年会



さざんかクエスト

障害者リハビリテーションセンター

- 1/10 昼: からあげ
- 1/11 昼: ふわふわ卵のオムライス
- 1/12 昼: おむすび(梅・ツナマヨ・昆布)
- 1/14 昼: みそラーメン
- 1/20 昼: お好み焼き
- 1/28 昼: おはぎ
- 1/30 昼: 握り寿司



謹賀新年



先月のイベントメニュー紹介



もちつき



12/3(水)に恒例行事「もちつき」を行いました。

◆献立◆

- もち(からみ・きなこ・あんぴん)
- けんちん汁
- 五目卵焼き
- みかん

12/18 昼食 お誕生日祝膳



お誕生日
おめでとう!



よいしょ~

よいしょ~

ご利用様と職員で、順番に餅つきを行い、「よいしょ~」「よいしょ~」と皆で声を出して、もちもちのお餅ができました。



鏡餅



あけまして
おめでとう
ございます

2026

昨年は、お食事についてたくさんのご意見・ご感想をいただき、ありがとうございました。本年も栄養士・調理師に気軽にお声がけください。本年も、よろしく願い申し上げます。



コラム

あけましておめでとう御座います。ここ数年、年明けは災害に見舞われてきました。被災された皆様にはより早い復興と、生活の安定を祈りつつ、これからの前途の無事を願う次第です。さて、時代が移り行くにつれ、お正月の過ごし方も変化して来ました。今や遊び方も、室内でのゲームソフト型へ変わり、お年玉までが電子マネーへと...。しかし変わらないのが、河川敷(カセンキ)などでの凧揚げ風景です。揚げる凧はカイトと呼ばれる三角形の舶来品に代わっても、今年一年への心意気を受けて、凧は大空へと舞い上がります。そしてお正月の終わりには、お母さんたちが、家族の無病息災(ムビョウサクサイ)を祈願(キガン)して作った七草粥(ナナクサガユ)に舌鼓(シタツツミ)を打って、気持ちを新たにしました。ところで七草粥に入っている、「春の七草」を全部知っていますか？実はコレ、七五調の短歌形式で覚えられます。ぜひ、七草粥を食べる際に詠んでみてください。♪~ セリ ナズナ(五) ゴギョウ ハコベラ(七) ホトケノザ(五) スズナ スズシロ(七) 此れぞ七草(または一春の七草)(七) 注意 ホトケノザは、春にピンクの花を咲かせ、田んぼの畔(アゼ)や道端など、どこにでも見られますが、食用には適さない雑草です。食べるのは控えて下さい。春の七草に入れる「ホトケノザ」は別名を、「コオニタビラコ」と言う別の種類で、春先にはまだ花を咲かせません。七草粥には、こちらをどうぞ...

検食 天職!?

~職員ユニークな所見をご紹介します~

献立

- ご飯
- みそ汁(しめじ、小葱)
- 高野豆腐の含め煮
- さつま芋サラダ
- 減塩のり佃煮

【コメント】

芋食べて、胃も元気になりそうです。



献立

- ご飯
- ブリの照り焼き
- 青菜とピーマンのカラフル炒め
- 刻み大根の梅肉和え

【コメント】

ブリを食べたのは久しぶりでしたが、大ぶりのブリで食べ応えがありました。照りの味も良く、ごはんのおかずには最適でした。これから旬を迎えるので、寒ブリでブリ大根もいいですね。

