

# ひごろもそうのお食事について

令和6年2月15日

栄養士:河村早苗

## \*行事食のご紹介

\*12月 令和5年12月25日 クリスマス



- \*チキンライス
- \*ロールキャベツ
- \*ポテトサラダ
- \*スープ
- \*クラッシュゼリー

\*おやつ  
クリスマスケーキ



\* 令和6年1月1日 元旦



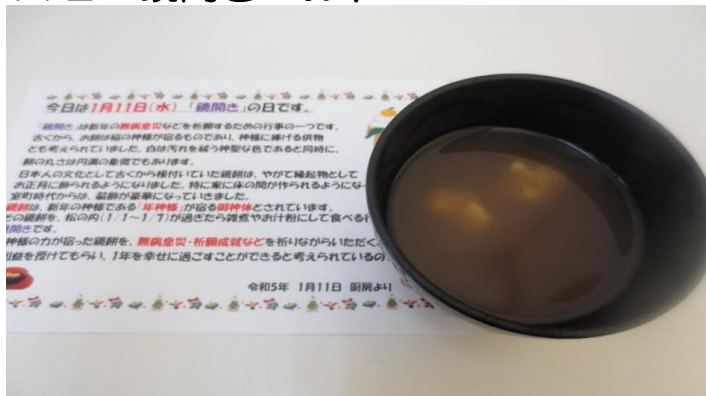
- \* 赤飯
- \* ぶりの照り焼き
- \* 煮しめ
- \* 梅和え
- \* すまし汁

\* 令和6年1月7日 七草粥



- \* 七草粥
- \* 鯖の山椒焼き
- \* 白菜の梅肉和え
- \* すまし汁

\* 令和6年1月11日 鏡開き～おやつ



\* やわらか餅入りぜんざい

\*令和6年1月15日 GHユニット：インドネシア料理

(豆腐のお好み焼き・3スープ・バナナ揚げ・かぼちゃサラダ)

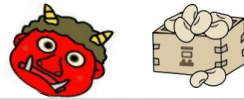


\*令和6年1月30日 よもぎユニット

ちらし寿司・つくね焼き・お吸い物・ぜんざい他



\*令和6年2月2日 節分



- \*助六寿司
- \*大根の柚子味噌かけ
- \*お浸し
- \*そうめん汁
- \*ぶどうゼリー

\*令和6年2月14日 バレンタイン



\*おやつ  
チョコマーブル蒸しパン



- \*ロールキャベツ
- \*いんげんと竹輪の煮物
- \*スパゲティサラダ
- \*野菜スープ