

# 栄養だより

2019年



こころの医療 たいようの丘ホスピタル

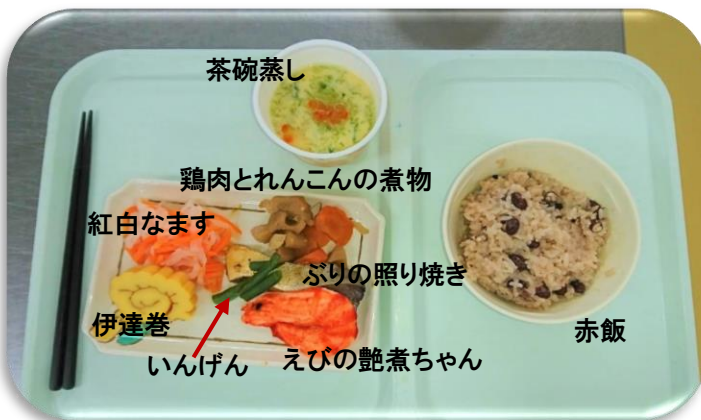
厳しい寒さが続いています、皆様いかがお過ごしでしょうか？  
体調管理に気をつけてこの冬を乗り切りましょう。  
今回は、1月1日のお正月献立を紹介します。

## お正月献立

### \* 並食 \*



### \* 軟菜食 \*



### \* きざみ・ミキサ一食 \*



#### □ 鶏肉とれんこんの煮物



乱切りにした具材が硬そうに見えますが、実は、柔らかくて噛みやすい煮物です。

#### □ 茶碗蒸しの具

- ・むきえび
- ・しいたけ
- ・サーモンドロップス
- ・みつば

#### □ えびの艶煮ちゃん



えびの形をしたかまぼこのような食感です。

食事と一緒にお正月を感じてもらおうと

『今年も良い年でありますように』の願いを込めて彩り豊かな献立にしました(\*^^\*)

今年もよろしく願い致します。