



# 栄養課だより

令和7年

1月号



あけましておめでとうございます。

新しい年の始まりです。今年巳年。蛇は運気を上げる縁起物として定番です。蛇のように辛抱強く、粘り強く生きるために必要な体力を養えるよう、美味しい食事や楽しい食事場面を、ひばり苑では今年も提供してまいります。

『美味しく食べて健やかに』本年もどうぞよろしくお願いたします。



Merry Christmas!

## 24クリスマス会 サンタがひばり苑にやってきました!



サンタ登場後は、各ユニットごとにケーキにトッピング。  
みなさん、おいしそうに召し上がっていました。



### 12月に提供したお楽しみ献立です

**\*冬至\***

黒米入りごはん  
柚子香鮭キャベツメンチ  
南瓜いとこ煮・かき玉汁



**\*クリスマス\***

チキンライス  
エビフライ・白身魚フライ  
野菜サラダ・コーンポタージュ



毎日、この献立でもいいな!

