



# 栄養課だより

令和7年

2月号



## 『鬼は外！福は内！』

節分は立春の前日に一年の無病息災を願う行事です。今年は4年ぶりに2月2日が節分です。ひばり苑では、デイサービスを利用される方々にも楽しんでいただけるよう、3日（月）に、節分献立を用意させていただきます。インフルエンザや風邪等の流行り病に負けず、お健やかに・・・との願いを込めて。



## 正月三が日（昼食）に提供した献立です



### \* 1月1日 元旦 昼食 \*

赤飯・赤魚の照り焼き・華つつみ・筑前煮・黒豆  
数の子・紅白なます・雑煮(味噌)・りんご

### \* 1月2日 昼食 \*

ゆかりごはん・天ぷら盛り合わせ(抹茶塩)・えびしんじょ  
高野豆腐煮・梅型人参・栗きんとん・雑煮(すまし)・みかん



### 刻み食



### ミキサー食



彩りよく丁寧に盛り付け、刻み食やミキサー食の方々にも目と口の両方で味わっていただき好評でした。

ただ、スプーンを使われる方には、おかずカップが食べにくいことが課題です。



### \* 1月3日 昼食 \*

新春海鮮ちらし寿司  
若菜蒸しの銀あんかけ  
しろ菜の香味和え・赤だし

1月の「おやつレク」は、「焼いも」を実施し、こちら大好評でした。

入所者様から、「美味しい」「きれい」「毎日こんなのだったら良いのに」等の感想をいただきました。

