



# 栄養課だより

令和8年  
3月号



暦の上で春を迎えても、まだまだ寒く、気持ちを春へ向けながら何とか寒さを乗り切りたいと思うこの頃です。時差が大きく、なかなかリアルタイムでは観れなかったオリンピックですが、最高レベルのスポーツ競技に目を奪われていると寒さも忘れられそうでした。春遠からじ、ではありますが、くれぐれも余寒にはお気を付けください。入所者様には春をたっぷり取り入れた献立で、健やかに過ごしていただきたいと思ひます。

## 2月のおやつは、焼きいも！ アツアツ、ホクホク・・・大好評！



まずは、又ク又クの焼き芋をアルミホイルの上から触っていただきました。その後、各自で焼き芋の皮をむいてパクッ・・・



うん  
おいしい！



好きや～  
おいしいわ♡



ご自分で一生懸命  
皮をむかれました



## 2月に提供したお楽しみ献立です！

\* 郷土料理・和歌山 \*  
白身魚の  
金山寺味噌焼き



寒い季節、お昼にも  
「かに卵雑炊」



\* 郷土料理・和歌山 \*  
紀州梅入りささみフライ



\* 節分 \*  
巻き寿司orちらし寿司

