



新年を迎え、皆様のご健康とご多幸を心からお祈り致します。
昨年は大変お世話になりました。本年も職員一同サービス向上に
努めていきたいと思っておりますので、よろしくお願い致します。

12月は行事食の日が沢山ありました

令和4年12月4日(日) * 中華粥 * 黒酢の肉団子 付)野菜炒め * りんごジュース	
エネルギー 343Kcal たんぱく質 12.2g 脂質 5.3g	炭水化物 61.5g ナトリウム 39mg 食塩相当量 1.7g
<日曜献立> * 吉野家特製親子丼 * 青菜と大豆の白和え * 味噌汁(里芋・ネギ)	
エネルギー 465Kcal たんぱく質 21.7g 脂質 13.7g	炭水化物 64.2g ナトリウム 95mg 食塩相当量 3.1g
タ * ご飯 * うなぎご飯 * かにの重ね蒸し * おろし和え(オクラ) * 抹茶プリン	



ケーキバイキングの日

- ★カットケーキ(いちご・抹茶・キャラメル)
- ★ロールケーキ(いちご・チョコ・マンゴー)
- ★やわらかようかん(きつぽ芋)
- ★おはぎ(きなこ・こしあん)
- ★かぼちゃパバロア
- ヨーグルトパバロア

お好きな物を3ヶまで食べて頂きました



<冬至献立> ご飯 プリンの巻付け ほうれん草 冬至南瓜 鯛大根 味噌汁 (うまい薬・厚揚げ)	<クリスマス献立> * チキンライス * 星のハンバーグ 付)クリームシュ * チーズサラダ * 餅かん餅 * オニオンスープ
エネルギー 389Kcal たんぱく質 12.6g 脂質 4.3g	エネルギー 389Kcal たんぱく質 19.5g 脂質 11.8g
ご飯 豚肉と大根の煮物 玉子の花の和え物 白椎飯 味噌汁(冬瓜・ネギ)	ご飯 * たらこのタルトソース焼 付)いんげん * 山吹和え(菜の花) * 彩りゆず煮 * 味噌汁 (高野豆腐・ワカメ)
エネルギー 440Kcal たんぱく質 15.6g 脂質 13.9g	エネルギー 362Kcal たんぱく質 29.1g 脂質 19.5g
スイーツポテト エネルギー 139Kcal たんぱく質 1.5g 脂質 1.5g	クリスマスケーキ エネルギー 309Kcal たんぱく質 1.4g 脂質 4.7g

↑ 日曜献立の日
12/31昼食は年越しそばでした。

1月も、お赤飯・盛り合わせ、2日とろろ、七草がゆ等季節柄を感じるメニューが沢山。



折り紙で門松作り



書き初めしました



※1月は小正月行事の、団子さしを予定しています。