

おやまだ給食だより



謹賀新年 本年もよろしくお願いたします。

よいことが「重なる」ようにとの願いをこめてお重に詰める「おせち料理」。
最近では3段が一般的ですが、正式なお重は4段か5段。それぞれ詰めるものが決められています。

壱の重

祝い肴、黒豆、数の子、ごまめなどを入れます



与の重

煮物、山の幸を入れます



式の重

口取り、きんとん、かまぼこなど、甘いものなどを入れます。

伍の重

この重にはなにも入れません。

将来の繁栄を願って、増える余地があることを示すため、わざと空けています。

参の重

焼き物、海の幸などを入れます

おせち料理はお正月の神様・年神様に供える料理で、家族の幸せを願う縁起ものの料理でもあります。
この1年がよい年でありますよう、元旦には厨房でも心をこめておせち料理をお作りします。

～お雑煮（そうじ）～



雑煮は、室町時代には記録が残っているほど、古くから食べられているお正月料理。
元日から3日にかけては祝いの膳にお雑煮をそえますが、「食い上げる」といって毎日1個ずつもちの数を増やすと縁起がよいと伝えられています。
ちなみに、関東風は焼いた角餅、関西風は丸餅を使うのが一般的です。

12月の行事食のご紹介



御一日献立



行事食：冬至



行事食：クリスマス



行事食：天皇誕生



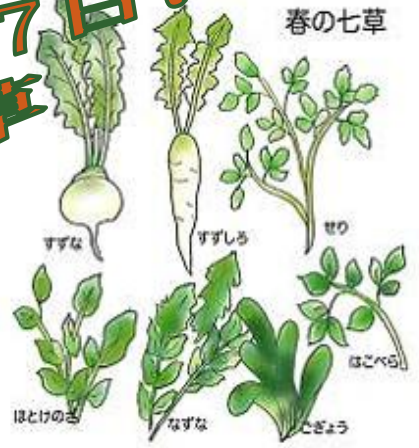
通所りハお楽しみ食

日月の行事食は？

元旦献立：おせち料理
7日：七草 11日：鏡開き
14日：成人の日



1月7日 七草



初春に芽吹いた若菜の生命力を食することで邪気を払い、その年の無病息災を願う七草粥。

七草、とまではいきませんが、7日昼食には厨房でも菜飯をご用意します。
(ミキサー食・嚥下食の方は白粥です)

管理栄養士による栄養相談を行っています♡

★個人栄養相談★
患者様の病状に合わせてできるだけわかりやすくお話しします。ご希望の方は担当医にご相談ください。
★入院患者様へ★
お食事のことでご相談があれば担当栄養士が伺いますので病棟スタッフに声をかけてください。