

12月の行事食

冬至南瓜



12月22日に提供した行事食を紹介します。

本日は冬至です。当施設でも、冬至に合わせて行事食を提供しました。

冬至とは、一年で一番昼間が短く、夜が長い日の事です。

「冬至という節目の日に南瓜を味わって栄養をつけようという先人の知恵から始まったとされます。」

おかずよりも先に冬至南瓜を味わっている方もいました。



メニュー

◇ ごはん

◇ ぶり大根

◇ 冬至南瓜

◇ ほうれん草のなめ茸和え

◇ はちみつゆずゼリー