

〜三が日以外のお正月メニュー〜

七草粥

七草粥を食べる第一の目的は、新年にあたり「一年の無病息災」を願うことにあります。

早春に芽吹く生命力あふれる七草を体に取り込むことで、その年の邪気を祓い、病気にかからずに健康に過ごせるようにとの祈りが込められています。

万寿苑では1月7日の朝食に提供いたします。



鏡開き

鏡開きは、鏡餅をお雑煮やお汁粉などで食べる行事です。鏡餅を食べることは年神様の力を取り込むという意味があり、一年の無病息災を祈願することにつながります。

万寿苑では1月9日のおやつにぜんざいを提供いたします。



令和八年 元日



新しい年が皆様にとって良い一年でありますよう心よりお祈り申し上げます。本年もどうぞよろしくお願ひ致します。

謹賀新年



栄養だより

2026年1月
第171号
発行 万寿苑栄養課

1月のピックアップメニュー!

| | | | | | |
|---|-------------------------|--|----------------------|--|---|
| | |  | 1 おせち | 2 海鮮ちらし寿司 | 3 天ぷら |
|  | 5 年明けうどん |  | 7 七草粥 |  | 9 ぜんざい |
| | 12 鶏ごぼうご飯 |  | 14 NEW 台湾ラーメン風 |  | 16 山の幸グラタン |
|  | | | | | 24 NEW みそかつ風 |
| | 27 NEW あんかけスパゲッティ |  | | 30 にゅうめん |  |

今月の新メニューは名古屋メニューです
各階で昼食に新年会も企画しています!
おたのしみに〜♡♡