



義明苑 給食便り



社会福祉法人 美明会 特別養護老人ホーム 義明苑
平成29年7月号 発行：栄養課

素通以
禁止利

7月7日は「七夕」です。

今年の七夕で、「は赤・黄・白」と色とりどりのそうめんを提供します。願いを込める「短冊」・天の川をイメージしています(^^)。

七夕に「そうめん」を食べる風習は、中国から来ており、一年間無病息災で過ごせるといふ伝説が、日本にも伝えられ「**麦の収穫期だから**・**天の川をイメージ**・夏の食欲減退に効果がある・**一年間の願いを込めて**」などの意味合いで食べる風習が広まったようですよ。

皆さんは、今年はどんな願いを込めて過ごしますかあ？



pixta.jp - 9968900

7月25日(火)は土用の丑の日です。

うなぎには、ビタミンA・B群が豊富に含まれていて、夏バテ防止、食欲減退防止の効果に期待が出来ます。

今年もうなぎを食べて、暑い夏を乗り切って行きましょう！

～不定期発行「給食便り」次回も栄養話豊富にしていきます！！～