

梅の花の香りが漂い、春の訪れを感じる季節となりました。
まだまだ寒い日が続きますが、少しずつ近づく春に期待が膨らみます。
節分と言えば、大豆を鬼に向けて投げる「豆まき」。
大豆を粉にした「きな粉」は入居者様からも人気の食材です。
きな粉には、大豆イソフラボンやサポニン等の有用成分だけではなく、
不溶性食物繊維も豊富に含まれており、便秘改善が期待できます。



2月2日 外食メニュー



入居者様にも人気の高い「ココイチ特製カレー」です。
外食気分を感じて頂ければ幸いです。

2月3日 節分メニュー



今年の節分は2月2日ですが、日曜日のため、
3日にご用意します。
今年の恵方は『西南西』です。



2月6日 焼きそば



入居者様からのリクエストメニューです。
少量ずつ、中華鍋で焼き上げる焼きそばは、とても香ばしい香りです。

2月14日 バレンタインデー



昼食にはハート型のコロック等、フライ盛り合わせをご用意します。
おやつは、毎年恒例の手作りおやつです。

2月18日 郷土食 岡山県



「ばら寿司」が登場します。
細かく切った具材を混ぜ込むのが「ばら寿司」。
どこか懐かしさを感じる味を再現します。

2月14日 シーフードカレー



カレーベースにはトマトも加え、さわやかでコクがあるカレーに仕上げます。
毎月変わるカレーに、職員もわくわくしています。

2月26日 ワールドトリップ 5カ国目 中国



中国のお正月あたる「春節」。
福をもたらすと言われる「水餃子」をご用意させていただきます。
今回は、皮から手作りをします。