

# 3月 給食だより

第14号 令和6年3月 発行

障害者支援施設コスモス  
障害福祉サービス事業コスモス通所  
栄養士 古屋 真弓



平成から『令和』と元号が変わり、6年目を迎えました。昨年に引き続き、コロナ感染は収まることなく広がりを見せ、また季節性インフルエンザも流行しており利用者様の心身のケアを心掛けようと日々笑顔を忘れずに過ごしてまいりました。

今年の元旦は皆様も記憶としてまだ新しい能登半島沖地震。とても突然な出来事で他人ごとではなく今後訪れるかもしれないと不安でいっぱいではないでしょうか。自分には何ができるのか、何をしなければならないのかそんなことを考えながら日々の何気ない日常を大切にしなければと思うところです。

そんな中ではありますが、給食では何か新しいことができないかと常々考えておりますが、今年のイベントも変わらず皆様に喜んでいただきとてもありがたく思っております。その一部ですが皆様にご紹介させていただきます。



## こどもの日



## 七夕メニュー



## 土用の丑の日



いちごが出ました



## <入所の皆様の食事風景>



## ハロウィン



## クリスマス



## 節分



## ひな祭



# 日清のイベント食☆彡

吉野家の牛丼

ココイチ特製カレー



天津飯



うなぎご飯

あの有名な  
吉野家とココイチです  
美味しいと  
評判でした。



ネギトロ丼



忘年会・おせち料理・七草がゆ



七草がゆ

おせち料理



1年に1度のお楽しみのネギトロ丼  
ですが、今年も喜んで頂きました。

1/1(元旦)のお昼はおせち料理です。  
お正月のお楽しみの甘酒も3時にしました。

**0kcal**  
角砂糖 0 個分  
pH = 6

**0kcal**  
角砂糖 0 個分  
pH = 6

**0kcal**  
角砂糖 0 個分  
pH = 6

**0kcal**  
角砂糖 0 個分  
pH = 5

**50kcal**  
角砂糖 2 個分  
pH = 3.6

**130kcal**  
角砂糖 9 個分  
pH = 3.5

**140kcal**  
角砂糖 9 個分  
pH = 5.5

**174kcal**  
角砂糖 12 個分  
pH = 5

**220kcal**  
角砂糖 12 個分  
pH = 4

**210kcal**  
角砂糖 15 個分  
pH = 3.6

**215kcal**  
角砂糖 15 個分  
pH = 2

**230kcal**  
角砂糖 18 個分  
pH = 3.4



場所の皆様(食事風景)



みなさん普段飲んでいる飲み物にこんなに角砂糖が使われているのをご存じでしょうか。

飲みすぎは体に悪影響なので一度考えてみてください。

今年もいろいろなイベントを計画中ですのでお楽しみに！

今年度もありがとうございました。引き続き、今後とも宜しくお願い致します。

