

『梅一輪いちりんほどの暖かさ』

春の訪れが待ち遠しいこの季節、いかがお過ごしでしょうか。

我が家の節分は、子供たちと恵方巻を作ります。

上手く巻けなくても、満足げな子供たちの笑顔を見られます。

まだまだ寒い日が続きます。葱や生姜には、血行を良くする成分が含まれます。

たっぷり使って体をぽかぽかに温めましょう。

## 2月3日 節分献立

助六寿司

つみれ団子の煮物

すまし汁

フルーツ



稲荷と卵太巻き寿司の助六です。

今年の恵方は『北北西』です。

無病息災を祈りながら

お召し上がりください



## 2月6日 外食献立

たいめいけん特製ハヤシライス

スペイン風オムレツ

ヨーグルト



ご存じ!

東京日本橋の洋食の名店『たいめいけん』。

外食気分を感じて頂ければ幸いです。



## 2月8日 丼ぶりメニュー

どちらも人気

牛丼と親子丼の選択メニューです。



## 2月14日 バレンタインデー

今年は栄養士特製のおやつを提供します。

現在、鋭意試作中。

喜んで頂けるよう頑張ります!



## 2月17日 大分県メニュー

ゆかりご飯

鶏天、里芋の煮物

みそ汁、フルーツ



大分と言えば…温泉!そして鶏天!!

一世帯あたりの鶏肉年間消費量を調査したところ、

大分市が全国1位とのこと。