



# 11月の行事食

福岡新水巻病院  
栄養管理室  
R4 12月5日作成

## 11月3日 文化の日



赤飯  
魚の吹き寄せ煮  
白和え  
具だくさんの汁  
フルーツ



### 患者様からのお声

味だけでなく見た目でも楽しめました。  
本当にありがとうございました。

### ～柿の栄養素知っていますか？～

柿には疲労回復や抗酸化作用のある『ビタミンC』や免疫力を高めてくれる『ビタミンA』が多く含まれています。またナトリウム(塩分)を排出してくれる『カリウム』も含まれており、高血圧予防になります。

## 11月23日 勤労感謝の日



鮭散らし寿司  
鶏肉のきのこのあんかけ  
ほうれん草の胡桃和え  
フルーツ



### 患者様からのお声

いつも美味しい食事をありがとう。  
ちらしずしが豪華で嬉しかったです。

### ちらしずしの調理ポイント

鮭はご飯と混ぜ込むのではっきりとした味わいが楽しめるようになっています♪  
見た目も鮮やかで目から楽しむことができる一品です。