

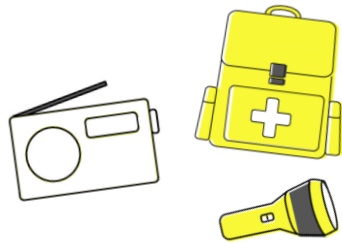
11月の行事食

【はらこ飯】

- はらこ飯
- 菜の花のゆず風味和え
- 漬物
- すまし汁



BCP研修



座学及び実践形式で訓練を行いました♪



栄養士メモ

鮭の旬である9～11月頃が
はらこ飯のシーズンです。
鮭はタンパク質やビタミンが
豊富な食材で、ダイエット食
や健康食としても注目されて
いる魚です。
免疫を高めてくれる栄養を含
んでいるので、朝に食べるの
がオススメです！



【お問い合わせ先】

老人保健施設ライフケアセンター名取

TEL 022-383-1020

〒981-1224 名取市増田字柳田8

<http://www.natorichuo-clinic.jp/lifecare/>

施設ホームページ



Instagram



随時更新中