



ウエルネス



お食事便り

令和8年3月
第 80 号

～スペシャルメニューの紹介～



節分

2月3日 🍡 節分献立

- 巻寿司&稲荷寿司
- いわしのつみれ汁
- 牛蒡と鶏肉の炒り煮
- マカロニサラダ



日本各地の
郷土料理

2月の郷土料理は、10日昼食に
沖縄県『イナムドゥチ』を提供
しました。



令和8年2月10日
今日は沖縄県の郷土料理です

『イナムドゥチ』は沖縄県の郷土料理の汁物で、“イナ”には“猪”、“ムドゥチ”に“もどき”という意味があります。昔は猪の肉を使用していましたが、次第に豚肉を使うようになりました。豚肉以外にも油揚げや薩摩揚げも加え、味噌風味の味付けをした汁物です。



今月の郷土料理は13日昼食に福岡県『がめ煮』を提供予定です。