

# 栄養科

みなさんこんにちは。宇部リハビリテーション病院 栄養科です。  
春一番が吹き、ようやく春も本番となってきました。  
今回は3/3、ひな祭りの行事食についてご紹介いたします。



## ひな祭りメニュー

- 桜寿司
- 白身魚のから揚げ
- 菜の花のすまし汁
- 抹茶ケーキ

ひなまつりには主に「桃色」「白色」「緑色」の3色が使用されることが多く、色の意味にはいくつかの説があります。

### ひなあられ

- 桃色：生命
- 白色：雪
- 緑色：新芽

### ひし餅

- 桃色：魔除け
- 白色：子孫繁栄・清浄
- 緑色：健康

今回は、桃色をいちご、白色を生クリーム、  
緑色を抹茶ケーキにしてひな祭りデザートにしました！

患者様・利用者様のお食事や栄養に関するご相談・お問い合わせがありましたらお気軽に管理栄養士までお声がけください。

今後も活動報告では、行事食や栄養科の取り組みについてご紹介します♪

また、一緒に働いてくださる調理員さんを募集中です◎詳細はハローワークの求人票をご覧ください。

