

栗野先生の  
**私の  
イベント**



● 第12回 1月お正月(最終回)

**何よりも贅沢で特別なひとときを**

大晦日からお正月、新年会、鏡開きと、イベントが盛りだくさんなこの季節。ご利用者様には家庭と同じように過ごして頂けるよう、福を呼ぶご馳走づくりに力が入る。

おせちは特別なお弁当箱に盛り付け。いつもよりも華やかな器で、料理もいっそう美味しく。手作りのお品書きは、かわいい絵馬に。5種類の絵柄を一つずつ切り分けて、今年も素晴らしい一年でありますようにと、願いを込める。

ここが  
ポイント

いつも以上に、一つひとつに心を込めて。



新年会は、海鮮丼とミニ天ぷらという豪華な組み合わせ。嬉しいメニューでお祝い気分も盛り上がる。



社会福祉法人 共愛会  
特別養護老人ホーム 共愛の里  
管理栄養士 栗野先生  
Instagram @y\_kurino

ご利用者様にはステキな新年のひとときを過ごして頂きたいので、厨房一丸となって、食事づくりに励んでいます。お品書きを切り分けるのも少し時間のかかる作業ではありますが、年に一度のお祝いなので、いつも以上に丁寧に仕上げました。





## 炒り鶏

### 材料(12人分)

・ソフミート とり	1P(500g)
・里芋	310g
・たけのこ(穂先)	250g
・にんじん	250g
・ごぼう	130g
・油	適量
・だし汁	450g
・(A)	
薄口しょうゆ	90g
砂糖	60g
みりん	30g
酒	30g

### 作り方

- ①凍ったままの「ソフミート」を約25分間蒸し、粗めの乱切りにする。(目安:1個8g×60個)
- ②里芋とたけのこは薄切り、にんじんは短冊切り、ごぼうは斜めに薄く切る。ごぼうは圧力鍋で煮てやわらかくする。
- ③油を熱し、②を炒めてだし汁を加え、やわらかくなるまで煮る。
- ④③に煮汁(A)と①を加え、落とし蓋をして煮汁が少し残るくらいまで煮る。

## 魚の黄金焼き

### 材料(10人分)

・ソフミート白身魚(たら)	1P(500g)
・(A)	
マヨネーズ	35g
味噌	15g
卵黄	20g

### 作り方

- ①凍ったままの「ソフミート」を約25分間蒸し、魚の切り身形に削ぎ切りにする。(目安:1枚50g×10枚)
- ②たれ(A)を混ぜ合わせ、①の表面に塗る。
- ③②の表面をガスバーナーまたはオーブンで焼く。

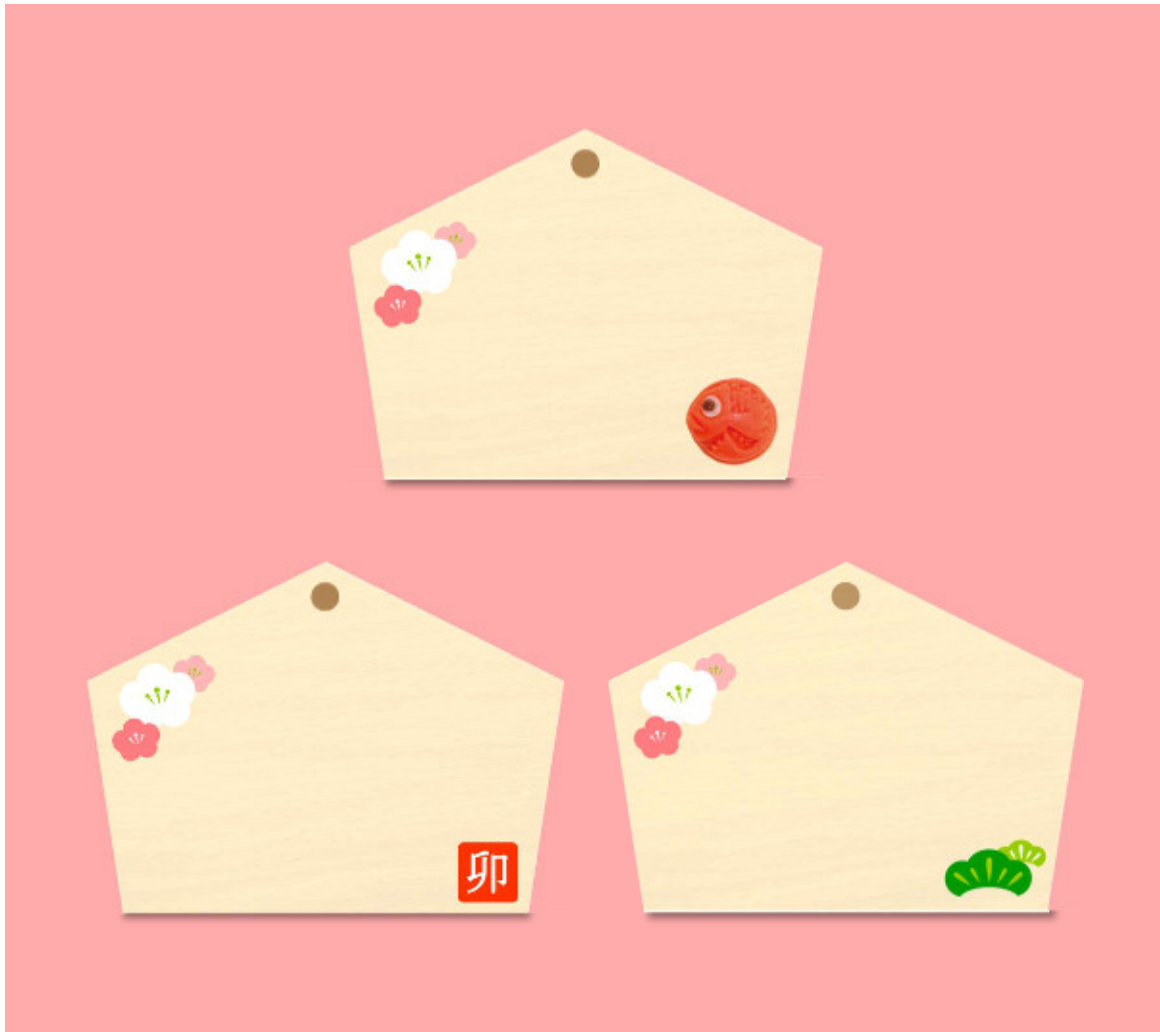
\* 焼きすぎると表面がかたくなるので、炙る程度に軽く焼いてください



わくわくする時間



## イベントを盛り上げてくれるアイテム



あなただけの願い事を

### ↑ 絵馬のお品書き

テンプレート「お品書き」を活用して、献立名を加えて作成、印刷。4枚に切り分けて、完成。  
デザインは「まごころすい一つ」と「四季の和菓子」を添えた8種類と、無地の絵馬もご用意しました。  
メッセージカードとしてもご利用いただけます。

