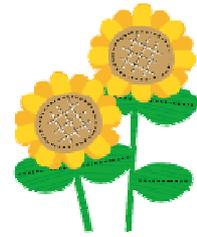


風の便り 8月号



啓心会病院 栄養科発行

★ 今月の栄養便 《～栄養科が取り組んでいる業務～》



栄養科では毎食、皆様と同じ食事の『検食』を行っています。
『検食』では、温度、盛り付け量、おいしさ、彩りなどをチェックしています。皆様においしくて、安全な食事の提供ができるよう日々努力しています。

★ これ知っときたい栄養メモ 《～お盆は精進料理で～》

「お盆」は仏教用語「盂蘭盆会(うらぼんえ)」の略で、一般的にはご先祖様を供養する仏事のことをいいます。本来、7月15日がお盆ですが、現在では、7月を新盆(7/13～16)、8月を月遅れ盆、旧盆(8/13～16)といい、地方によりお盆の月が異なっています。

祖霊がいらっしゃる間は三度の食事も家族と同じものを供えます。この間、家族も本来は生臭さを避けた精進料理をいただきます。

茄子やきゅうり、かぼちゃ、さやいんげんなどの夏野菜、豆腐やがんもどきなどの大豆製品、寒天やこんにやくなどを利用して、旬の味を満喫してはいかがでしょうか。

