

宅配クック123では「体の栄養」と「心の栄養」をテーマに取り組んでいます。体の栄養は、筋肉のもととなる「たんぱく質」に着目し、栄養バランスに配慮した食事で低栄養の予防を目指します。心の栄養は「食べる喜び・楽しみ」を感じていただけるよう、月に一度「ご馳走の日のお食事」として特別なお弁当をお届けしています。また、毎月お客様へお配りしている会報誌「あはは」では、店舗の紹介や食材の情報などが書かれていたり、ちぎり絵やぬり絵のプレゼント企画もあり、沢山のご応募をいただいております。宅配クック123はこれからもお客様の「体の栄養」と「心の栄養」をサポートして参ります。

3月16日(木)昼食 ご馳走の日のお食事 「カラスガレイ煮付弁当」



カラスガレイ煮付
花形人參
ひじきの煮物
あおさ入り玉子焼き
ほうれん草白和え
ささがききんぴらごぼう
しば漬

脂のりの良いカラスガレイは濃口醤油・たまり醤油に砂糖を合わせた甘辛ダレで味付けし、ふっくらと仕上げました。カラスガレイの脂の旨味が引き立つ味わいとなっております。
この機会にぜひ、お召し上がりください。

今日は何の日？ 3月24日(金)は「世界結核デー」

世界保健機関(WHO)では、1997年から毎年3月24日を「世界結核デー」としています。結核は、今も日本国内で年間約12,000人が発症している病気で、約2,000人が命を落としています。近年では、結核患者に占める高齢者の割合が3分の2以上にのぼっており、2021年は80～89歳が全体の29.9%を占めて最も多く、90歳以上の割合も14.2%と増加傾向が続いています。結核の症状には特徴的なものがなく、早期には目立たないことが多いため、せきやたんが2週間以上続いたり、微熱や体のだるさが続く場合は、早めに医療機関を受診しましょう。

3月お知らせ



3月3日「桃の節句」



桃の節句ノベルティ 桜餅

3月3日は「桃の節句」(ひなまつり)です。

女の子の節句であるひなまつりでは、ひな人形や桃の花、雛あられや菱餅、白酒や寿司などでお祝いします。桜餅は大きく分けて関東風(長命寺)、関西風(道明寺)があり、関東風は小麦粉から作られており、関西風はもち米から作られています。地域によって形状も食べたときの食感も全く違うものとなります。

宅配クック123は、今年もひなまつりの日に「桜餅(関西風)」をプレゼントします。(※一部店舗を除きます)

「桜餅」をお召し上がりいただくことで「春」の訪れを感じていただければと思います。