

## 師走と縁起物の「鰯(ブリ)」

いつもMOSだよりをご覧いただきありがとうございます。

師走を迎え、何かと気ぜわしい毎日ですが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。

12月は大掃除やお正月の準備などでなにかと忙しいですね。

そんな師走に旬を迎えるのが「鰯(ブリ)」です。ブリは「魚へんに師で鰯」と書くように師走の魚です。そのことと、「ブ(2)リ(0)」の語呂合わせから、12月20日は「鰯(ブリ)の日」の記念日となっています。

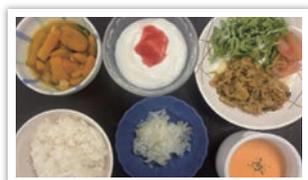
今まさに旬を迎えている鰯は、出世魚ということからおめでたいイメージが強く、おせち料理などにも用いられる縁起物としても知られています。福岡では、縁起物の鰯を焼きあごで取った出しにかつお菜やかまぼこ、里芋、人参、椎茸などと一緒に雑煮に入れるそうです。鰯には、DHAやEPA、ビタミンD、ビタミンB12などが豊富に含まれているので日々の食生活に取り入れたいですね。



MOSウイングでは、そんな「季節」にちなんだお食事の提供にも力を入れています。

北九州近郊で給食サービスをご検討の際は、ぜひお声掛けください

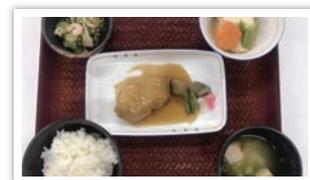
季節の食材はもちろん、行事にあわせた特別イベントメニューも召し上がれ♪



●豚の香味味噌炒め



●オムライス(デミソース)



●カラスカレイの治部煮

## MOSの! おいし〜い料理コーナー♪



- ・魚の唐揚げ(トマトソースかけ)
- ・炒り豆腐
- ・白菜とリンゴのサラダ

魚はスケソウダラを唐揚げにしています。トマトソースは炒めた玉ねぎをホールトマトなどと一緒に煮込んでいます。トマトは煮込むと旨味が出ますね! ほうれん草のソテーを添えて、彩り鮮やかです。

サラダは手作りドレッシングに今回は蜂蜜で甘味をつけています。リンゴと蜂蜜は相性がいいですね。サッパリとしたサラダです。

エネルギー723kcal たんぱく質29.1g 脂質18.3g  
炭水化物105.7g リン406mg カリウム909mg  
塩分1.4g(これにご飯200gがついた栄養成分です)

## 栄養士・調理スタッフ募集中!

MOSウイングでは、ただいま栄養士ならびに調理スタッフを募集中です。

### ○栄養士(社員)

勤務地 小倉北区/小倉南区/戸畑区/八幡西区/門司区  
時間 9:00~18:00 うち8時間程度  
休日 4週8休制  
給与 弊社規定による(応相談)

### ○調理スタッフ(社員・パート)

勤務地 小倉北区/小倉南区/戸畑区/八幡西区/門司区  
時間 6:00~19:30の間 (実働5.5時間および8時間)  
休日 4週8休制  
給与 弊社規定による(応相談)

興味のある方はお気軽にお問い合わせ下さい!

福祉施設、医療機関、社員食堂、教育機関、官公庁などの集団給食の委託・請負はMOSウイングにおまかせください!

## 株式会社 MOSウイング

〒802-0053 福岡県北九州市小倉北区高坊2丁目9-25-2F  
Tel 093-932-5508 Fax 093-932-5507 <https://www.mos-wing.com/>

ホームページも更新中♪

MOSウイング

検索

「MOSウイング」で検索ください!

