

フレアだより

令和元年12月号
No.200

からだ想い・かぞく想いの食事で、毎日を健康に。



今年は雪の降り始めが遅く過ごしやすいですね。
これから冬本番になるのでお出かけの際は
防寒対策をし、足元に気を付けて下さいね。
年末に向けて体調を崩さないようこの冬を
乗り切りましょう！！



◆栄養士のちょっとした雑学◆

今年もあと残すところ1ヶ月となりました。年末に向けて忙しくなる頃だと思えます。

大晦日にはおせちを食べる方が多いと思います。おせちには様々な種類があり、1つ1つ意味をもっています。黒豆には邪気払いの意味と長生きして1年間健康にいられますようにとの願いが込められており、伊達巻きは形が巻物に似ている事から知識が増えるようにとの願いが込められています。また栗きんとんは黄金色にたとえて金運を呼ぶ縁起物とされています。おせちの意味を考えながら食べてみてはいかがでしょうか。

◆今月のおすすめ献立◆

5日 《夕食》 鶏肉の韓国風ピリ辛焼き

9日 《昼食》 薩摩芋の韓国風炒め

※健康コントロール食のみの対応となります。

24日にクリスマスメニューでタンドリーチキンを提供いたします。

1年に一度しかない特別な献立なので楽しみにお待ち下さい。



≪フレアサービス特選おせち・

ヘルシーおせち 予約受付中≫



今年もおせちの時季がやってきました！！

●特選おせち与段 (31品目) 13,000円 (税込)

今年は3段+スイーツ重でさらに豪華に！

●特選ヘルシーおせち2段 (18品目) 6,000円 (税込)

メニューごとにエネルギー・タンパク質・脂質・塩分を表記した栄養成分表付なのでお食事の制限に合わせてお召し上がりいただけます。

※数に限りがございますのでご注文はお早めをお願いします

お申込み締切：12月20日 (金)

お届け日：12月30日 (月)

お願い
します

年末年始にかけてお弁当をお休みになる電話連絡が大変込み合いますので、あらかじめお早めにご連絡をいただくようお願いいたします。

◆お問い合わせはこちらまで◆

株式会社 フレアスマイル

フリーダイヤル 0120-39-8981

(10:00~17:00)

代表番号 0166-62-8981

FAX 0166-62-2585

【土・日・祝休み】

お弁当の配達は通常通り行っております。

緊急時:080-6095-6947 (9:30~16:00)



Facebook
もチェック



毎日更新中!!

