

# 土用の丑の日 令和7年7月19日

令和7年の土用の丑の日は、7月19日と7月31日の2回でした。

長崎の家では7月19日に行事食をお出ししました。

うなぎ

常食



ソフト食



ムース食



薬味寿司でさっぱりいただきます。

〈お昼のメニュー〉  
・薬味寿司  
・炊き合わせ  
・すまし汁  
・フルーツカクテル

丑の日



うなぎはビタミンB群が豊富で、夏バテ防止や食欲不振の解消に効果があるとされています。



いつにも増して厳しい暑さが続いております。  
美味しいものをたくさん食べて、元気に夏を乗り切りましょう！！

