

ビタミンの日とは？

いつもMOSだよりをご覧いただきありがとうございます。
冬の寒気が身にしみる頃となりましたが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。

12月13日は「ビタミンの日」。これは1910年12月13日に
鈴木梅太郎博士が、米ぬかから抽出した成分「オリザニン」（現在の
ビタミンB1）を発見したことにちなんで制定されました。

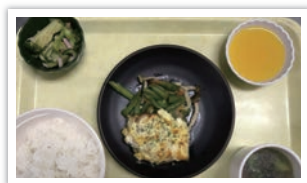


ビタミンは私たちの健康維持に欠かせない栄養素で、免疫力向上や疲労回復、美肌効果など多くの役割を果たします。寒い季節は特に、風邪予防にビタミンCを豊富に含むみかんや柚子を摂るのがおすすめです。毎日の食事に意識的にビタミンを取り入れ、健康的な生活を送りましょう！

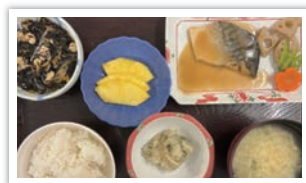
MOSウイングでは、そんな「季節」にちなんだお食事の提供にも力を入れています。

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

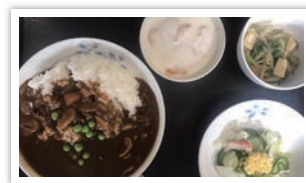
季節の食材はもちろん、行事にあわせた特別イベントメニューも召し上がれ♪



● 鮭ちらし寿司



● 牛のきのこソースかけ



● 栗赤飯

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!

