



栄養だより



11月号

令和5年11月 横浜丘の上病院 栄養課

日に日に秋も深まってまいりました。

食欲の秋！おいしく楽しくお食事しながら、

冬の寒さに負けない、丈夫な身体作りをしていきましょう！

☆11月に登場するメニューは☆



と



で



☆お楽しみに☆

まぐろやまかけ



冬の便りも聞こえてくる11月

少し肌寒くなったこともあり、食欲もわいてきましたね！

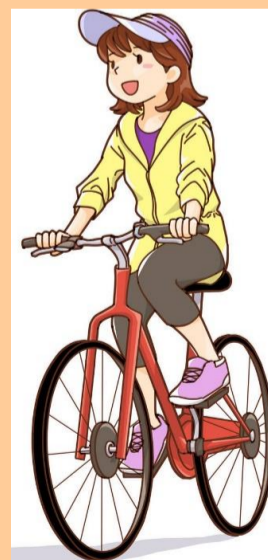
この時期は、ラーメン・うどん・おでんなど、身も心もポカポカになるお食事が良いですね（^-^）

ラーメンのやわらかいチャーシュー・シャキシャキのメンマ、
うどんの美味しいおつゆ、おでんの大根・はんぺん…
色々考えていたら全部美味しそうで食べたくなりますね！



毎日美味しくごはんが召し上がれますように☆
体調にお気をつけ下さい。

今月のひとこと



調理師さんより

給食でお気づきのことやお困りのことがございましたら、
お気軽に栄養課までお問い合わせ下さい。