



栄養だより



2月号

令和6年2月 横浜丘の上病院 栄養課

新しい年を迎えて、あっという間に1か月が過ぎました。
暦の上では春が近づいていますが、まだまだ寒さが続く2月。
毎日の食事と、十分な睡眠で、寒さに負けない体づくりを
していきましょう！

2月3日は



です。

今年の恵方は『**東北東**やや東』だそうです！

節分と言えば、「**大豆**」ですね。

大豆には、魚や肉に匹敵するほどの豊富な

たんぱく質が含まれています。

大豆を食べて福を呼び込みましょう！！



今月なんと、あの「丘の上ブレンド」を使用したデザートをご提供予定！お楽しみに！

今度、初めて、旅行で韓国に行きます！

今月のひとこと

覚えていく韓国語は…

トイレはどこですか？

ファジャンシルン オ ディ エ ヨ
화장실은 어디예요?

と

ヨンスジュン チュセヨ

영수증 주세요

領収書をください

と

いくらですか？

オルマエヨ
얼마예요?

です!!

調理員さんより



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。