

# 栄養だより



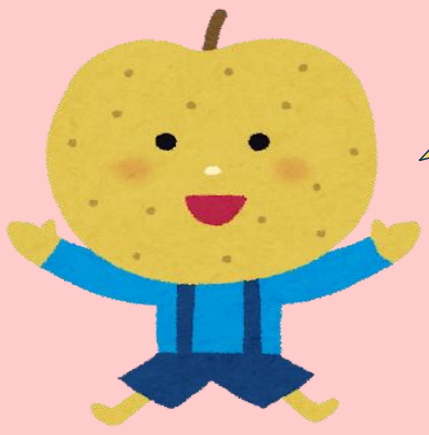
**１１月号**

令和8年１１月　横浜丘の上病院　栄養課

**日に日に秋の深まりを感じる１１月です。**
**芋や根菜類がとてもおいしい季節となりました。**
**献立にも取り入れて、体を内側から温めて、**
**免疫力アップにつなげていきたいと思います。**

## １０月のメニューの梨は、いかがでしたか？





秋月(あきづき)
という品種でした

### 秋月のプロフィール

福島県生まれ

甘味が強い（糖度12～14度）

「新高」「豊水」「幸水」の三品種の掛け合わせ

品種名は“秋に収穫でき、丸い形が月のように見えること”に由来。

**メニューに「フルーツ」が入ると気持ちが華やぎますね！**
**今後もフルーツをご提供していきたいと思います。**





### ♡11月1日は“ワン(1)”“ワン(1)”ワン(1)”の日♡

我が家は今春、生後3ケ月のイケメン☆ワンコを迎えました。

甘噛みされてアザだらけの腕が見えてしまって、

恥ずかしい思いをする事もありますが、

家族全員ワンコにメロメロ♡溺愛中です！

見つめられると、ついついおやつをあげてしまい

くいしん坊のうちのワンコは、すでに体重10Ｋｇオーバー…

朝晩のお散歩がんばろう！！

**今月のひとこと**



**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。