

ケアホーム ソフィア お食事だより

令和2年10月発行
第6号

季節・行事・人気のあったメニューをほんの少しですが、ご紹介いたします。

7月

うなぎ弁当

うなぎを食べて
元気モリモリ！

スタミナが
付いたよ！

メニュー

うな井
生酢
山菜巾着の煮物
漬物
フルーツ



8月

ちょこっと
夏祭り

暑い夏には
食べやすいね！

アイスクリーム

メニュー

天むす
冷やし
ぶっかけうどん
たこ焼き
フルーツ



9月

敬老会

松茸のいい香り

天ぷらに刺身
豪華なメ
ニュー！

メニュー

松茸ご飯
刺身
天ぷら
フルーツ
清汁



編集後記

気温の高い日が減り過ごしやすい日が続きますが、気温差が激しいため体調が崩れやすい時期になりました。身体に良いとされる栄養がたくさん含まれている「うなぎ」、健康食品と言われる「うなぎ」を召し上がられ、暑い夏を乗り越えて頂きました。