特別養護老人ホーム　第二好意の庭

2024 年 11 月号給食だより
作成者　加藤　未奈

錦秋の候、いかがお過ごしでしょうか。
秋一番のごちそうと言えば、今も昔も同じ『新米』ではないでしょうか。
炊きあがったお米はピカピカしており、湯気から甘い香りが漂います。
11 月 23 日は新嘗祭です。新嘗祭では、秋の収穫に感謝し、来年の豊穣を祈願します。
米食はパン食に比べ、血糖値の上昇が緩やかで、脳のエネルギー源であるブドウ糖を
ゆっくりと供給できます。新米の季節を楽しみましょう。

11 月 2 日　　ちゃんぽん

久しぶりの登場！『ちゃんぽん』です。
調理長こだわりのスープは、コクがあり美味しいです。

11 月 8 日　　握り寿司

皆様お待ちかねメニューの登場です。
魚は、早朝に市場で仕入れたものを使います。
今回のおすすめは『和歌山県産の鰹』です。

11 月 11 日　　チーズの日メニュー

日本輸入チーズ普及協会とチーズ普及協議会が設定したこの日。
チーズインハンバーグが登場します。

11 月 12 日　　秋の炊き込みご飯

今月の新メニュー「さつま芋と塩昆布の炊き込みご飯」です。
塩昆布の塩味がさつま芋の甘さを引き立て、とても美味しいですよ。

11 月 18 日　　郷土食　京都府

にしんそば、揚げだし豆腐などなど…。
デザートには季節のフルーツ『ラフランス』をご用意します。

11 月 27 日　　ワールドトリップ　2 カ国目　韓国

第二弾は、韓国メニューです。
定番のビビンバをはじめ、チャプチェ・サムゲタン風スープを
ご用意します。