

秋のメニュー

栗ごはん

秋刀魚の塩焼き 大根おろし添え
南瓜のそぼろあんかけ 牛乳
すまし汁(ほうれん草・人参)



10月24日昼食に季節のメニューを提供しました。

秋はおいしい旬の食材が多く収穫されることから「実りの秋」と

呼ばれます。「食欲の秋」とも呼ばれる理由は、夏の暑さで

落ちた食欲が秋に気温が下がることで体温を

維持する為のエネルギーが必要となり

食欲が湧いてくるからだそうです。

