



栄養課だより

2026.10
第19号

10/31

10月行事食【ハロウィン】

デミグラスハンバーグ

かぼちゃサラダ

かぶの洋風煮

ロールパン

パンプキンスープ

施設の手作り☆

おやつはかぼちゃプリン

さつま芋の日

「栗(九里)より(四里)うまい十三里」という、さつま芋の美味しさを表す言葉にちなんで10月13日は『さつま芋の日』になりました。

当日のおやつには
さつま芋の甘さを生かした
スイーツポテトをご用意しました♪



Vivant Café～ハロウィンver.

職員も仮装して参加☆

素敵な
お皿に興味津々のご様子♪



秋の味覚

旬を迎える「秋の味覚」を少しだけご紹介いたします

秋刀魚…身体づくりに大切なたんぱく質や、生活習慣予防に効果的なDHA・EPAを摂取できます

柿…ビタミンA・Cが豊富で免疫低下の予防が期待できます

きのこ…食物繊維が豊富で腸の働きを整えます。

新柏ヴィヴァンホーム 栄養課

