

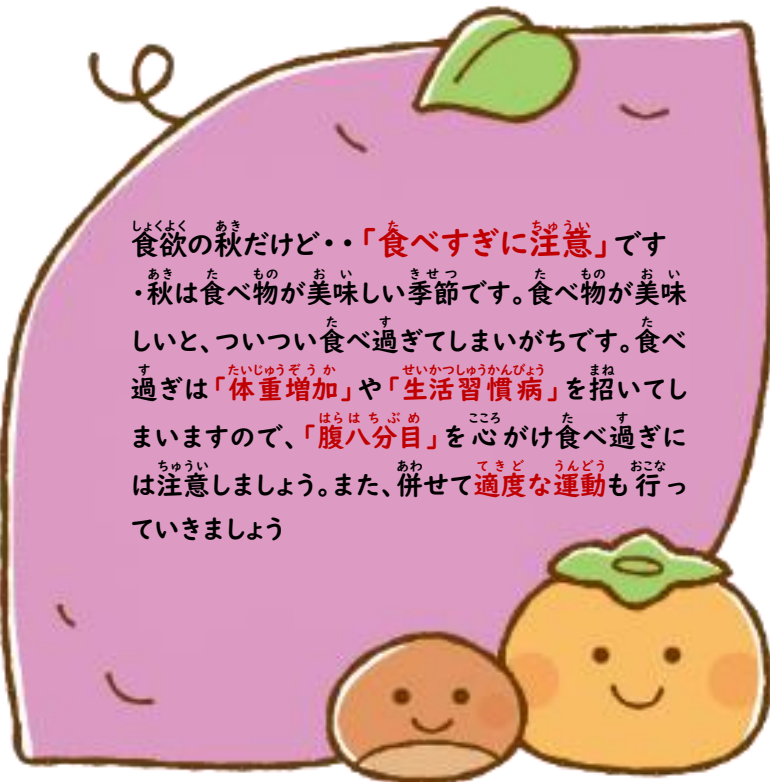


きゅうしょく 給食だより



令和5年 好地荘

・やっと秋の気配が感じられるようになりました。朝晩の気温差が大きいので、体調管理には十分気を付けていきましょう。



食欲の秋だけど、「食べすぎに注意」です。秋は食べ物が美味しい季節です。食べ物が美味しいと、ついつい食べ過ぎてしまいがちです。食べ過ぎは「体重増加」や「生活習慣病」を招いてしまいますので、「腹八分目」を心がけ食べ過ぎには注意しましょう。また、併せて適度な運動も行っていくしましょう。



・秋になるコスモスが咲いたり、山々が色づき始めたり、空が澄んで高く感じられたりと、夏とは違った景色がみられます。晴れた日にはグラウンドに出て、秋の気配を感じてみませんか？そして皆さんが感じる秋を見つけてみましょう。



こんげつ きゅうしょくよてい
 今月の給食予定

10月5日(木)・・・ご当地メニュー・神奈川県編
 「サンマーメン」

10月6日(金)・・・セレクトメニュー
 A 三色丼 B 焼き肉丼

10月26日(木)・・・福祭り献立

10月31(火)・・・ハロウィン献立

※2回目以降のセレクトメニューは週間献立表にてお知らせいたします

ハッピーハロウィン

・ヨーロッパが起源となる、収穫祭と魔除けを兼ねたお祭りです。

・31日はハロウィン献立を予定しています。可愛らしいメニューとなっておりますのでお楽しみに！