

# 10月の行事食



10月10日(月) スポーツの日

菜飯ごはん  
海老フライ  
星型ハンバーグ  
きのこのソテー  
ポテトサラダ  
フルーツ

～患者様からのお声～

栄養バランス最高！  
帰ってからの参考にします。



去年は東京五輪も開催され、スポーツと結びつきの強い1年でしたね。ご入院されている皆様にもスポーツをするときのワクワク感や楽しさを食事を通して感じていただけたでしょうか。栄養満点な食事で元気いっぱいの秋を過ごしましょう！



10月19日(金) 秋の収穫祭

松茸ご飯  
塩焼き  
秋野菜の炊き合わせ  
ゴマ和え  
フルーツ

～患者様からのお声～

秋らしいおご馳走  
おいしかったです！



秋野菜の炊き合わせ

秋に旬な野菜をたくさん使用しています。  
旬の野菜を食べて秋の味覚を楽しみましょう！