

2025



暦の上では秋ですが、まだまだ暑い日が続きます。夏の疲れも出てくる頃なので、よく食べよく寝て元気に過ごしましょう!!



ランチサービスの
ホームページと
公式ラインができました!!



ホームページやLineで、
当日のお弁当の写真が
見れます!
ぜひ登録お願いします♡



9月食育カレンダー



○15日(第三月曜日) 海老の日

海老は「腰が曲がるまで長生きできるように」という長寿の願いが込められ、昔から縁起の良い食べ物とされてきました。

縁起の良い海老を食べて高齢者に感謝・敬意を表し、健康・長寿をお祝いするきっかけになればと、「敬老の日」と同日に定められました。



4月13日~10月13日まで、大阪で万博が開催されます。今月も世界の主食について紹介します。



世界の
主食

①ロシア連邦



ロシアの主食はパンですが、穀物や豆類を水やスープなどで煮込んだおかゆ「カーシャ」も主食として食べます。特にソバの実のカーシャが人気のようです。

②ペルー



ペルーでは、エリアによって主食が違います。首都リマのある海岸地帯はお米が主食。山岳地帯では、いもが主食です。食用のじゃが芋だけで3000種以上もあるというから驚きです。海岸地帯のお米は、刻んだ玉ねぎやこんにゃくを入れて炊くことが多く日本のごはんより、パラパラしています。

③ハンガリー



ハンガリーの主食はパンで、とても大きいパン「ケニエル」や、昔よく旅に出るときに持って行った「ポガーチャ」、三日月形の「キフリ」、丸形のロールパン「ジェムレ」など、パンの種類がたくさんあります。