

8月の給食だよ

ジメジメした暑さから真夏の猛暑が続く時期になりました。この暑さにやや食欲が落ちてしまいがちです。給食には、夏バテ予防のためにも、色々な夏野菜を使用していますのでお楽しみ下さい。



2022

8月の主な行事・献立

12日(金) パンバイキング

17日(水) お誕生御膳

15日(月) 手作りおはぎ

25日(木) 凍結含浸

- ・さばの味噌煮
- ・じゃがいものそぼろ煮



7月の誕生御膳 サラダうどん



刻みのお食事も工夫しています！

C棟リクエスト

15日 混ぜご飯(かやくご飯)

17日 うなぎの蒲焼

24日 かき揚げ



【7月に提供したメニュー紹介！】

ちらし寿司

七夕そうめん



パンバイキング



室内でも起こる「熱中症」

気温や湿度が上がると発症しやすくなるため、今は特に注意と対策が必要です。実は熱中症が最も多く発症する場所は**住居の室内**。

のどの渴きを感じなくとも、**こまめな水分補給**が重要です。すぐに飲めるように常にそばにおいて置くと良いです。また、室内にいても安心せずに、扇風機、エアコンなどでの室温調節、通風の確保など、しっかりと暑さ対策をとりましょう。

