

癒しの森 堀切

菖蒲だより令和4年10月



朝・晩の寒さが厳しくなってきました。日中との寒暖差に注意しましょう！

あんこパンケーキ
～生クリーム添え～



美味しいねえ😊



11月にはスタッフプロデュースによる手作りおやつを予定しています
お楽しみに(^^)v



所長おすすめの一品～**生姜焼き**

タンパク質、ビタミン、ミネラルが多く含まれており、「免疫力アップ」「疲労回復」「がん予防」「老化防止」など、健康にいい料理と言えます。生姜を摂取して、風邪を予防しましょう！！