

# おいしい通信

～食べる楽しみ、つながるよろこび～

2026年  
10月

秋の深まりとともに、空気がひんやりと感じられる季節となりました。  
日によって気温差が大きく、体調を整えるのが難しい頃でもあります。  
消化にやさしい食事を取り入れながら、皆さまが穏やかに秋を楽しめるよう  
サポートしてまいります。

## 9月15日(火)行事食「敬老祭」

9/15に通りハにて、日頃の感謝の  
気持ちを込めて敬老祭を実施しました。

### 【お祝いメニュー】

松茸ごはん  
鰯の西京焼き  
南瓜サラダ  
胡瓜とワカメの酢の物  
梨  
すまし汁



## 9/26(土)ご当地メニュー

千葉県

### 醤油めしおにぎり

生産量日本一の千葉の醤油を  
シンプルなおにぎりで味わう

醤油が盛んな千葉県で  
良く食べられる  
醤油風味の素朴な  
混ぜご飯おにぎりです



## 10月まほろば喫茶 ご案内

【行事食】 10/7(水) ご当地メニュー:【兵庫県】 明石焼き

10/31(土) ハロウィン: オムライス、ハンバーグ  
みかん、ポトフ

【デイ喫茶】 10/6(火) 洋: 抹茶ケーキ 和: たい焼き  
10/15(木) 洋: サワーチェリーケーキ 和: やわらか大福  
10/24(土) おやつバイキング

## 9月まほろば喫茶

9/2(水) ティラミスケーキ / みたらし団子



9/7(月) いちごロールケーキ / 今川焼  
9/19(土) チーズケーキ / きなこおはぎ