



TOKYO OLYMPIC

東京オリンピック 皆さんご覧になりましたか？  
選手が金メダル目指して競技に打ち込んでいる姿は感動しますね😊  
各国選手の強靱な身体を作っているかもしれない？！各国の郷土料理を  
ご紹介いたします✨

# 栄養だより

2021年8月1日  
第118号  
発行 万寿苑栄養課

【フェイジョン】

ブラジル



インゲン豆と玉ねぎを煮込んだもので、  
日本での味噌汁感覚で食べられているもの  
だとか…



【パブロワ】

ニュージーランド



メレンゲを焼き上げその上にクリームや旬  
のフルーツでデコレーションした物。クリス  
マスの定番お菓子🎄



【ドルマ】

トルコ共和国



お肉をキャベツやピーマンなどに詰めた料  
理です。キャベツのドルマンがロールキャベ  
ツの起源と言われています。



【ロビ・ケイット】

フィンランド



北欧と言えばサーモン！  
寒い国に欠かせない暖かいクリームスープで  
す。冬季オリンピック活躍間違いなし！！



## 8月のピックアップメニュー！

1 赤飯				6 冷やしうどん	7 手鞠シュークリーム
			11 NEW ちゃんぽん風煮物		
		17 中華おこわ	18 花子のはちみつ餅	20 すき焼き風	
		水ようかん			
		24 夏野菜の天ぷら			