

9月9日(火)

肉団子の甘酢煮

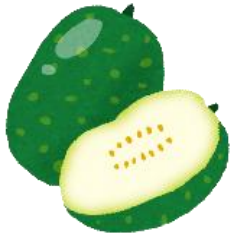
揚げじゃがの
そぼろかけ



ごはん

冬瓜のスープ

冬瓜(とうがん)



冬瓜は夏が旬の野菜です。
涼しいところに置いておくのと冬まで
保存できることから、冬瓜と呼ばれ
るようになったといわれています。
冬瓜には水分がたっぷりと含まれ
ているので、夏の水分補給にぴった
りの野菜です。