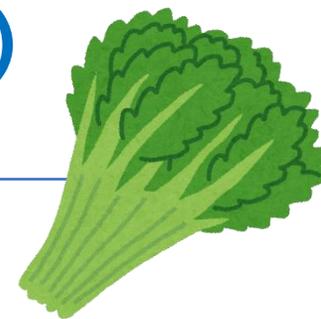


2月24日(火)



## 春菊

春菊は、関西では菊菜とも呼ばれ、独特な香りと風味を持つ、冬が旬のキク科の葉物野菜です。

鍋物・おひたし・ごま和えなど、様々な料理に使われます。

春菊は野菜の中でもカロテンの含有量がトップクラスで、皮膚や粘膜の健康維持に役立ちます。

除去食

(小麦抜き)



春菊のかき揚げ

豚肉と切干大根の煮物



ごはん

塩ちゃんこなべ