

6月19日(金)



たまねぎ

揚げじゃがの  
そぼろかけ

豚肉入り野菜炒め



ごはん

冬瓜のみそ汁

# 冬瓜(とうがん)



冬瓜は漢字で「冬」「瓜」と書きますが、夏が旬の野菜です。

昔は夏に収穫した冬瓜を、風通しのよい暗い所に保管し、冬の保存食として食べていたことから名付けられました。