



今月のおすすめ&新献立

2/8 ◆ あじ大葉フライ

夕食

2/13 ◆ 豆乳ラーメン

昼食

2/18 ◆ ピーマン肉詰めフライ

昼食

2/22 ◆ 白味噌クリームシチュー
(C-8 オイル入り)

昼食

2/27 ◆ 麻婆茄子
(C-8 オイル入り)

夕食

C-8 オイルで脳を活性化! 脳活

脳活

料理で47都道府県を
旅しよう Vol.40 

今月の「日本縦断ご当地メニュー」めぐりは島根県です。郷土料理である「さばの煮食い」や「のりふで」をご用意いたしました。是非ご賞味ください。

今月は 島根県

「さばの煮食い」とは

浜田市の漁師飯です。さばを醤油などで味付けした少し濃いすき焼き風のだしで食べる料理です。西日本の一部では、煮ながら食べる鍋物のことを煮食いと呼ぶそうです。



「のりふで」とは

のりふでは「のり」をたっぷり使った料理で、汁の中でのりを持ち上げると、のりが筆先のようになることが由来になっています。島根県出雲市ではお正月や初午祭などのハレの日に食べられています。



2/16(木)

夕食

- ・ さばの煮食い
- ・ 春菊のかき醤油和え
- ・ なすの甘辛炒め
- ・ のりふで



2/3(金) 夕食 節分

- ・ 散らし寿司
- ・ 小松菜のお浸し
- ・ 五目煮豆
- ・ 清し汁



2/14(火) バレンタイン

今年も2月14日の【単品デザート】はバレンタイン献立として「チョコバナナ」をご提供いたします。

※チョコバナナはオプション販売の【全仕上げ/単品デザート】商品になります。ご発注になりたい場合は、デリケアカスタマーサポートセンターまでご連絡ください。



▶ 来月は茨城県です