

今月のおすすめ献立

7/4 ◆冬瓜の生姜スープ

夕食

生姜プラスで身体ぽかぽか
温活献立

7/14 ◆肉団子のクリーム煮 (C-8 オイル入り)

昼食

脳の活性化をお助け!!
C-8 オイルで脳活献立

7/28 ◆オートミール塩唐揚げ

夕食

7/29 麻婆春雨 (C-8 オイル入り)

夕食

脳活



行事食 七夕献立

7/7

昼食

- ・ミニ鰻めし
- ・七夕そうめん
- ◆デザート(七夕ゼリー)
- ・茄子の揚げ浸し
【単品小鉢】

季節のおすすめ献立

7/10

昼食

ゴーヤチャンプルー

7/18

夕食

サラダ散らし

7/24

昼食

夏野菜カレーライス

料理で47都道府県を
旅しよう Vol.45

香川県

今月は

香川県うどん

古くからうどんのイメージがある香川県。讃岐うどんの材料である小麦・塩・いりこ・醤油などが県内で全て揃うことが大きな要因です。ちなみに香川県の観光協会は2011年に「うどん県」としてホームページを開業していますよ。



「まんばのけんちゃ」とは

高菜の一種である「まんば」は漢字で「万葉」と書きます。一株からたくさんの葉がとれるため、この名がついたそうです。まんばのけんちゃは、油揚げや豆腐などと一緒に炒めた料理です。家庭料理はもちろん、学校給食にも登場します。



7/29 (土)

昼食

- ・ちくわ天ぶっかけうどん
- ・まんばのけんちゃ
(炒り豆腐)
- ・デザート(みかん缶)



▶ 来月は福井県です