



12月8日(火)

麦ごはん 豚肉と根菜のみそ煮 ほうれん草のおかか炒め 牛乳

大根・にんじん・ごぼう等の根菜や里芋・こんにゃく・豚肉がしっかり柔らかく煮込んであり、味がよくしみこんでいて、美味しかったです。冬は、根菜類で体が温まります。おかか炒めは、ほうれん草ともやしをおかかですて和えた感じで、あっさりしていて食べやすかったです。