

今月のおすすめ献立

12/4 ◆肉団子のきのこあん

夕食

脳の活性化をお助け!!
C-8 オイルで脳活献立

12/14 麻婆春雨

(C-8 オイル入り)

昼食

12/17 クリームシチュー
(C-8 オイル入り)

脳活

12/22 かぼちゃの煮物

冬至

夕食

12/26 ◆焼きラーメン

昼食

味噌で47都道府県を
旅しよう Vol.2

12/18(月)

昼食

白味噌おでん

もずく和え

デザート(みかん)



クリスマス献立

12/25 パエリア

夕食

鶏肉のバジルソテー

りんご入りポテトサラダ
コーンスープ



12/31

年越し献立

昼食

大晦日の昼食に年越しそばとして「天ぷらそば」をご用意しております。夕食にお召し上がりになる場合は食数を入れ替えてご発注ください。



今月の味噌は

白甘米味噌

米麹の割合が高く、濃厚な甘みと豊かな味わいで、塩分が低いのが特徴です。



お味噌料理

「白味噌おでん」

香川県では、濃厚な甘みとやわらかな味わいの白味噌（讃岐味噌）が古くから親しまれています。魚料理はもちろん、お雑煮など幅広い料理に使用される白味噌。今回はそんな白味噌を使用したおでんをご用意しました。白味噌ベースのつゆが生み出すやわらかな味がたまらない一品です。



今月のフルーツ

みかん

ビタミンCのほか、便秘改善作用があるペクチンも豊富に含まれています。

