

きょうのメニュー



12月8.22日 (水)



**ごまご飯
焼き肉**



ふろふき大根

みそ汁 (えのき・油揚げ)



今日の副菜は新メニューのふろふき大根です！

大根を昆布と一緒にじっくりことこと煮込み、甘辛のみそだれをかけて頂きました。

ふろふき大根の由来は所説ありますが、昔お風呂が蒸し風呂だった時代、熱くなった体に息を吹きかける人がおり、その姿がこの大根を食べる姿に似ていることから、「ふろふき大根」と名付けられたそうです。

**エネルギー 470 Kcal タンパク質 22.2 g
脂質 10.3 g 塩分 2.1 g**