



## 献立表



スパー・コート武庫之荘

		12/29 (月)	12/30 (火)	12/31 (水)	1/1 (木)	1/2 (金)	1/3 (土)	1/4 (日)
朝食	和食	ご飯 小松菜の和え物 スナッパの炒め物 味噌汁	ご飯 オムレツ オクラ和え物 味噌汁	ご飯 厚揚げの炒め煮 マカロニサラダ 味噌汁	ご飯 祝皿 雑煮	ご飯 ウィンナーソテー ごま和え 味噌汁	ご飯 野菜炒め しろ菜サラダ 味噌汁	ご飯 キャベツさっと煮 もやしの和え物 味噌汁
	洋食	食パン 小松菜の和え物 果物 飲料	食パン オムレツ 果物 飲料	食パン 厚揚げの炒め煮 果物 飲料		食パン ウィンナーソテー 果物 牛乳	パン 野菜炒め 果物 牛乳	食パン キャベツさっと煮 果物 牛乳
昼食	A	ご飯 醤油ラーメン  白菜炒め	ご飯 なす味噌豚炒め  里芋の土佐煮 白菜サラダ すまし汁	ご飯 鶏肉の和風炒め  れんこん煮物 小松菜の和え物 すまし汁	赤飯 おせち料理 (伊達巻、黒豆、海老 紅白なます等) 雑煮 	ご飯 洋食フライ盛り合わせ  茄子トマト煮 きのこマリネ コンソメスープ	ご飯 田舎散らし  菜の花ソテー 大根の和え物 味噌汁	ご飯 オープンオムレツ  かぶのソテー ドレッシング和え 味噌汁
	B		みその日 					ご飯 太刀魚生姜煮  かぶのソテー ドレッシング和え 味噌汁
夕食		ご飯 和風ハンバーグ 南瓜の煮物 いんげんの和え物 すまし汁	ご飯 魚の野菜あん チャプチェ風 かぶの甘酢和え 味噌汁	ご飯 年越しそば 青梗菜のり和え 果物	ご飯 松風焼き 冬瓜の煮物 しろ菜の和え物 すまし汁	ご飯 カレイ煮つけ ピーマン炒め物 からし和え 味噌汁	ご飯 厚揚げの中華炒め 煮浸し わかめと春雨の中華和え すまし汁	ご飯 鶏の味噌焼き 竹輪の煮物 かぼちゃサラダ すまし汁



## ■みその日■

「三十日」を「みそか」と読むことから、全国味噌工業協同組合連合会が1982年に、毎月30日を「みその日」に制定しました。記念日を制定した当時は、食生活の洋風化と外食傾向が見られ、これに伴う味噌の消費減少に歯止めをかけることを目的に記念日がつくられたそうです。

写真はイメージです。