



# 献立だより

令和5年度

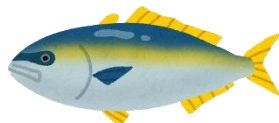
## 1月10日(水) 献立紹介

- ・ぶりの照焼き
- ・煮しめ
- ・紅白なます
- ・きな粉だんご
- ・すまし汁



### 「ぶりの照焼き」

ぶりは出世魚と呼ばれ、成長とともに名前が変わります。立身出世を願う縁起物としておせち料理の焼き物によく使われます。旬の時期の12月から2月上旬は身がよく締まり、脂がのっておいしくなります。



## 1月23日(火) 献立紹介

- ・タッカルビ風
- ・れんこんのきんぴら
- ・白菜とほうれん草のおかか和え
- ・中華スープ



### 「れんこんのきんぴら」

れんこんは漢字では「蓮根」と書きますが、蓮(はす)の地下茎の肥大した部分を食べています。シャキシャキとした食感で、穴の開いた特徴的な見をしています。穴の向こう側が見通せることから「将来の見通しが良い」とされ、縁起物としておせち料理にもよく使用されます。

