



9月16日(水) ドッグパン(パン・ウインナー・ケチャップ)、牛乳、ほうれん草のあえもの、秋やさいのポトフ

秋の野菜で、思い浮かぶのはなんですか?秋はいろいろな作物がみのる時期です。私たちの主食でもある米もそうです。9月はすすきを飾って月をながめる中秋の名月という風習があります。芋名月ともよばれ、里芋・さつま芋など芋類がおいしくなります。

また、きのこやごぼうなどの根菜類もおいしくなります。今日は里芋・しめじをいれた秋野菜のポトフです。いつものポトフとは違った味を楽しんでください。