

# 令和5年度 元気な「扇給食」30号

12月5日 (火) 国際ボランティアデー



食後の一句 完食し ポパイになって ボランティア

12月7日 (木) 羽生結弦 誕生日



食後の一句 春巻きの 味がトリプル アクセルだ

**12月8日 (金) ジョン・レノン忌日**

じゃこの  
しょうが煮

からしあえ



肉豆腐

食後の一句 肉豆腐 体の中も 暖冬だ

**12月11日 (月) 胃腸の日**

ツナピラフ

ヨーグルト

冬野菜のポトフ



一句 胃も腸も 野菜のポトフで 絶好調!