



勤労感謝の日

献立表

日 23	月 24	火 25	水 26	木 27	金 28	土 29
朝食 御飯 野菜炒め 大根の酢の物 フルーツカクテル缶 牛乳	麦御飯 キャベツとエビの炒め煮 3色とろろ 味噌汁（春菊） 洋梨缶	御飯 炒り卵の花 白菜としらすの和え物 りんご缶 牛乳	御飯 里芋のそぼろ煮 納豆 味噌汁（豆腐） 黄桃缶	御飯 五目煮 茄子の辛子和え パイン缶 牛乳	かぼちゃ粥 冬瓜とカニの煮物 ブロッコリー海苔和え みかん缶 牛乳	御飯 魚河岸揚げ煮 味付けめかぶ 梅香り汁 白桃缶
昼食 御飯 醤の酒蒸し野菜あんかけ なめたま焼き 白和え 味噌汁（かぶ） 黄桃缶	青菜御飯 百合根御飯 白身魚の蓮根饅頭 小松菜のごま和え 海老しんじょうのお吸い物 みかん	長崎ちゃんぽん風うどん かぶの含め煮 ミックスサラダ 洋梨のコンポート	食パン 若鶏のポテマヨ焼き 菜花のミモザサラダ パンプキンスープ 柿	とろろ丼 マカロニサラダ 味噌汁（油揚げ・ねぎ） フルーツカクテル缶	バターロール スコッチャッピング アスパラのシーザーサラダ りんご缶 ジョア	
夕食 御飯 鶏肉とカシューナッツ炒め 蓮根と人参の煮物 セロリの浅漬け 桜でんぶ	御飯 鯖の照り焼き がんものおろし煮 アスパラとカニのさっぱり和え 練梅	御飯 鶏肉もろみ焼き さつまいもレモン煮 カリフラワーのゆかり和え かつば漬け	御飯 親子煮 もやしソテー ゆずみそ 牛乳	御飯 アジの南蛮漬 キャベツのカレー炒め きゅうりのたらこ和え べったら漬け	御飯 豆腐のきのこあんかけ 青梗菜と長葱ソテー 白菜の土佐和え さけふりかけ	御飯 鰯の煮付け いんげんレモンバターソテー トマトサラダ 茄子の漬け物
3時 黒ごまプリン	抹茶ゼリー	くずまんじゅう（さくら）	ピスタチオケーキ	フルーチェりんご	ムーンライドクッキー	ハッピーターン
栄養 エネルギー - 1529kcal 蛋白質 56.3g 脂質 34.8g 炭水化物 233.5g 食塩 5.5g	エネルギー - 1541kcal 蛋白質 53.8g 脂質 40.7g 炭水化物 228.2g 食塩 6.2g	エネルギー - 1537kcal 蛋白質 53.2g 脂質 30g 炭水化物 248.2g 食塩 5.7g	エネルギー - 1517kcal 蛋白質 56.9g 脂質 42.8g 炭水化物 212.1g 食塩 5.7g	エネルギー - 1538kcal 蛋白質 57g 脂質 45.2g 炭水化物 215g 食塩 6.7g	エネルギー - 1528kcal 蛋白質 52.4g 脂質 42.3g 炭水化物 222.3g 食塩 6g	エネルギー - 1519kcal 蛋白質 53.3g 脂質 46.8g 炭水化物 214.4g 食塩 5.9g

11月23日 勤労感謝の日 って？

「勤労を尊び、生産を祝い、国民が互いに感謝しあう日」として1948年に定められました。

