

# 今週の献立表

【平成27年11月23日～平成27年11月29日】

	11月23日 (月)	11月24日 (火)	11月25日 (水)	11月26日 (木)	11月27日 (金)	11月28日 (土)	11月29日 (日)
朝食	<p>11月23日</p> <p>11月23日 勤労感謝の日</p>	<p>休</p>		<p>11月27日 ノーベル賞制定記念日</p> <p>栄養士おすすめメニュー！</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>* 塩ます</li> <li>* 出し巻き卵</li> <li>* 切干大根の煮物</li> <li>☆お浸し</li> <li>☆フルーツ</li> <li>・ごはん</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物or佃煮</li> <li>・味のりorふりかけ</li> <li>・手作りパン</li> <li>・マーガリン</li> <li>・ジャム</li> <li>・牛乳</li> </ul> <p>店長おすすめメニュー</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 塩ます</li> <li>* 出し巻き卵</li> <li>* 切干大根の煮物</li> <li>☆お浸し</li> <li>☆フルーツ</li> <li>・ごはん</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物or佃煮</li> <li>・味のりorふりかけ</li> <li>・手作りパン</li> <li>・マーガリン</li> <li>・ジャム</li> <li>・牛乳</li> </ul> <p>店長おすすめメニュー</p>
昼食	<p>食事の前に手を洗いましょう！</p>	<p>所</p>	<p>季節の食材を使ったメニュー</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 鯖のごま衣揚げ</li> <li>* 野菜炒め</li> <li>* ラザニア風マカロニ</li> <li>* ほろほろ大根</li> <li>☆さつま芋とレーズンのサラダ</li> <li>☆フルーツトロピカル</li> <li>・野菜スープ</li> <li>・ごはん</li> <li>・漬物</li> </ul>	<p>11月27日は、ノーベル賞制定記念日です。1901(明治35)年、ノーベル賞の第1回授賞式が行われました。ノーベル賞は、スウェーデンの化学者ノーベルが遺言で、自らの発明したダイナマイトで得た富を、人類に貢献した人に与えたいと書いたことから創設されました。</p>	<p>調理師おすすめメニュー</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>* 豚肉とれんこんのオイスターソース炒め</li> <li>* コーンコロケ</li> <li>* ツナとアスパラのマヨネーズ焼き</li> <li>* こんにやくと野菜のごま煮</li> <li>☆ほうれん草ともやしとえのき茸のナムル</li> <li>☆フルーツポンチ</li> <li>・野菜スープ</li> <li>・ごはん</li> <li>・漬物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 豚肉とれんこんのオイスターソース炒め</li> <li>* コーンコロケ</li> <li>* ツナとアスパラのマヨネーズ焼き</li> <li>* こんにやくと野菜のごま煮</li> <li>☆ほうれん草ともやしとえのき茸のナムル</li> <li>☆フルーツポンチ</li> <li>・野菜スープ</li> <li>・ごはん</li> <li>・漬物</li> </ul>	
夕食		<p>日</p>				<ul style="list-style-type: none"> <li>* 牛肉と水菜の炒め物</li> <li>* 焼き栗コロケ</li> <li>* リヨネーズポテト</li> <li>* 筑前煮</li> <li>☆キャベツの梅おなか和え</li> <li>☆フルーツのカルピス和え</li> <li>・味噌汁</li> <li>・ごはん</li> <li>・漬物</li> </ul>	

## ◆◆◆ きんぴらごぼうのお話 ◆◆◆

だいひょうてき あじ 代表的なおふくろの味に「きんぴらごぼう」があります。

「きんぴら」という、ちょっと奇妙な呼び名は、熊と相撲をとって投げ飛ばしたという伝説で有名な怪力無双の金太郎こと、坂田金時の子「金平(きんぴら)」からできたものです。

ただし、この金平は実在の人間ではありません。承応明暦(1562-1657)のころ、江戸の芝居小屋であやつり狂言をしていた、桜井某が生み出した、架空の人物です。

金平を人間とは思えない怪力の持ち主という設定で、浄瑠璃仕立てにしたところ、たちまち「金平ブーム」がおこりました。父の金太郎に負けず劣らずの武勇伝が人気を呼んだのです。

唐辛子を赤くなるほど振り混ぜたごぼうの油炒めを食べると、カッカッとほてって、体中に力がみなぎるところから、力持ちの「金平」にちなんで、「きんぴらごぼう」と呼ばれるようになりまし

なりました。



