

11月23日は「勤労感謝の日」です。この日は、米や農作物など、その年の収穫を神に感謝する日でした。
わたしたちは、普段何気なく食事をしてしまいがちですが、その裏には、食べ物を育てる人や運搬をする人、料理をする人など、さまざまな人たちの働きがあります。あらためて、毎日おいしい食事が食べられることに感謝しましょう。

Table with 4 columns (火, 水, 木, 金) and 1 row (1). Each column contains a menu for a day, including items like 牛乳, ごはん, マーボー豆腐, and 揚げ油. Total kcal values are provided for each day.

文化の日



Table with 4 columns (7, 8, 9, 10) and 1 row (2). Each column contains a menu for a day, including items like ジョア(ストロベリー), 牛乳, ごはん, and キムチチヤゲ. Total kcal values are provided for each day.

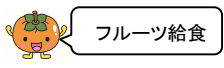


Table with 4 columns (7, 8, 9, 10) and 1 row (2). Each column contains a menu for a day, including items like ジョア(ストロベリー), 牛乳, ごはん, and キムチチヤゲ. Total kcal values are provided for each day.

Table with 4 columns (14, 15, 16, 17) and 1 row (3). Each column contains a menu for a day, including items like 牛乳, ごはん, and さんまのかつお節煮. Total kcal values are provided for each day.

Table with 4 columns (14, 15, 16, 17) and 1 row (3). Each column contains a menu for a day, including items like 牛乳, ごはん, and さんまのかつお節煮. Total kcal values are provided for each day.

Table with 4 columns (21, 22, 23, 24) and 1 row (4). Each column contains a menu for a day, including items like 牛乳, ごはん, and つくのソース焼き. Total kcal values are provided for each day.

Table with 4 columns (21, 22, 23, 24) and 1 row (4). Each column contains a menu for a day, including items like 牛乳, ごはん, and つくのソース焼き. Total kcal values are provided for each day.

勤労感謝の日



「いただきます」「ごちそうさま」を心を込めてあいさつしましょう。

Table with 4 columns (28, 29, 30) and 1 row (5). Each column contains a menu for a day, including items like 牛乳, ごはん, and 鮭の味噌マヨネーズ焼き. Total kcal values are provided for each day.

Table with 4 columns (28, 29, 30) and 1 row (5). Each column contains a menu for a day, including items like 牛乳, ごはん, and 鮭の味噌マヨネーズ焼き. Total kcal values are provided for each day.

11月22日は、ふるさとの誕生日
明治4年11月22日に和歌山・田辺・新宮が統合し、現在の和歌山県が誕生してから今年で151年を迎えます。和歌山県の特産物や郷土料理について知りました。11月も県内でとれた野菜や果物をたくさん使っています。22日・・・「とふの粉の煮物」は、伊都地方の郷土料理です。25日・・・「みかん」は、県から頂いたものです。



<3つの食品グループと多くふくまれる栄養素>

Table with 4 columns and 2 rows. It lists food groups and nutrients: しょうゆ/食品グループ, おもにエネルギーのもとになる食品, おもに体をつくるもとになる食品, おもに体の調子を整えるもとになる食品. Nutrients listed include たんぱく質, 無機質, ビタミン, 無機質.

☆材料購入の都合により献立を変更することがあります。