

# 献立表



大きく成長した食材は、大味と思われがちですが、『カニ』に限っては当てはまりません。しっかりと成長したカニは味も抜群で、その分、値段も曲線を描くように急上昇します。実は、この急な価格上昇は、数カット上がるだけで値段が跳ね上がるダイヤモンドとよく似ているのです。

※材料の入荷の都合により変更させて頂く場合もございますが、ご了承お願い致します。

	12/3 (月)	12/4 (火)	12/5 (水)	12/6 (木)	12/7 (金)	12/8 (土)
昼	ご飯 さんまの蒲焼き 青菜のお浸し 冬瓜の薄く煮 豆腐の味噌汁	☆選択メニュー☆ ご飯 ぶり大根orロール白菜 さつま揚げの炒り煮 いんげんの生姜和え しめじの味噌汁	ご飯 豚肉と白菜のうま煮 金平ごぼう 菜の花の辛し和え じゃが芋の味噌汁	ご飯 さわらの 薬味だれがけ 里芋と根菜の煮物 大根の酢の物 わかめの味噌汁	麦ご飯 鶏肉の親子煮 竹輪の煮物 チンゲン菜の 胡麻和え 豆腐の味噌汁	ご飯 鮭の チャンチャン焼き じゃが芋の煮物 春菊の胡麻和え すまし汁
エネルギー	590 kcal	529 kcal	607 kcal	555 kcal	503 kcal	477 kcal
たんぱく質	22.6 g	23.0 g	17.7 g	23.0 g	24.0 g	23.5 g
食塩相当量	3.2 g	3.4 g	3.3 g	3.3 g	3.6 g	2.6 g
おやつ	玄米茶 ヤクルト エリーゼ	玄米茶 マスカットゼリー	玄米茶 チョコパウンド	玄米茶 ピーチフルーチェ	玄米茶 ヤクルト せんべい2種	玄米茶 バウムクーヘン
エネルギー	93 kcal	84 kcal	94 kcal	99 kcal	110 kcal	96 kcal
総エネルギー	683 kcal	613 kcal	701 kcal	654 kcal	613 kcal	573 kcal
何の日?	みかんの日	血清療法の日	国際ボランティア・デー	音の日	クリスマスツリーの日	事納め

## 【ご案内】

\*12月4日(火)は選択メニューです。ぶり大根、ロール白菜の2種類からお選びいただけます。

旬な食材を使用したメニューですので、是非お楽しみに!!

## 【今日は何の日解説】

- \*「血清療法の日」1890年、北里柴三郎とエミール・ベーリングが破傷風とジフテリアの血清療法の発見を発見
- \*「国際ボランティア・デー」世界中の経済と社会開発の推進のためボランティア活動に対する認識を高める日。
- \*「音の日」1877年、エジソンが自ら発明した蓄音機で音を録音・再生することに成功した。
- \*「クリスマスツリーの日」1888年、横浜・明治屋に日本初のクリスマスツリーが飾られた。
- \*「事納め」その年の農事等雑事をしまう日。



介護老人保健施設

**B・O・H** care service center  
ケア・サービスセンター

医療法人 弘英会