

# 敬老の日メニュー



- 赤飯
- さんまの野菜あん
- 春菊の菜種和え
- 秋野菜の豚汁

632kcal

敬老の日は、国民の祝日として1966年(昭和41年)に設けられ、「長年社会に貢献してきた老人を敬愛し、長寿を祝い、老人福祉への関心を深める」ことを趣旨としているそうです。

敬老の日に何を食べるとよいのでしょうか？

<お赤飯>

お祝いの日に喜ばれる赤飯は「敬老の日」にもよく食べられます。赤飯の赤色には邪気払いの意味が込められており、祝いの席にぴったりです。

<海老>

「敬老の日」は、2013年から「海老の日」ともいわれています。海老の長いヒゲや腰の曲がった姿が老人に似ていることや、長寿の象徴に用いられるようです。

<鯛>

「めでたい」という言葉にかけて鯛が食べられます。金目鯛の煮付けや鯛めしなどはいかがでしょうか。お祝いの席におすすめです。