

5がつのこんだて



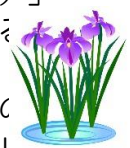
株式会社 ココット

げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび
		1	2	3
		ごはん さわらのカレー たつたあげ ロールたまごやき アスパラソテー きりぼしだいこんちくわに りんご	ふりかけごはん とりのからあげ たけのこしょうまい いんげんおかかあえ そらめめサラダ ミニたいやき	けんぼうきねんび
		424kcal P13.8g	512kcal P14.6g	
6	7	8	9	10
ふりかえきゅうじつ	わかめごはん サーモンフライ てりやきミートボール フロッコリーのごまあえ きんぴらごぼう ミニゼリー	ごはん メンチカツ ほしかたハム マカロニソテー ほうれんそうとツナサラダ オレンジ	ごはん ポークチャップソテー スマイルポテト フラワーサラダ りんご	キーマカレー チキンリング シルバーサラダ ピピピチーズ
	433kcal P12.0g	445kcal P11.8g	447kcal P9.7g	541kcal P13.8g
13	14	15	16	17
ごはん イタリアンハンバーグ おからポテト ポイルフロッコリー コールスローサラダ みかん (かん)	ふりかけごはん とりにくみそづけやき にくまん スナッフエンドウ れんこんマヨソテー りんご	ごはん ぶたにくパンこやき ハーフオムレツ チンゲンさいソテー フロッコリーのナムル パイナップル	ごはん ヒレカツ てりやきミートボール カリフラワーソテー ジャーマンポテト グレープフルーツ	ごはん チキンたつたあげ れんこんまんじゅう えだまめ なすのにびたし オレンジ
429kcal P10.6g	454kcal P14.0g	424kcal P12.3g	423kcal P11.9g	420kcal P10.7g
20	21	22	23	24
ごはん ぶたにくのしょうがいため はなかまほこ ほたてふうみフライ きりこんぶとさつまあげに さんしょくまめ	カレーライス やさいコロッケ だいずサラダ オレンジ	(いるかルームのみ) ふりかけごはん ピーマンにくづめフライ たまごやき こまつなソテー ひじきのサラダ だいがくいも	ごはん てりやきとうふハンバーグ チキンナゲット スパゲティナポリタン ごぼうとささみのサラダ パイナップル	ごはん とりにくきのこクリームソース エビフライ スパゲティソテー あつあげのチャンフル りんご
484kcal P13.6g	489kcal P11.6g	438kcal P11.0g	458kcal P13.7g	459kcal P15.5g
27	28	29	30	31
ふりかけごはん とんかつ たまごやき やきそば さんしょくナムル フルーツミックス (かん)	ゆかりごはん チキテキ さつまいもてんぷら いんげんソテー マーボーはるさめ りんご	ナポリタンスパゲティ ほしコロッケ フランクフルト ポイルフロッコリー イタリアンサラダ オレンジ	ごはん チンジャオロース あげぎょうざ ポテトサラダ あんりんフルーツ	ごはん ますのしおやき ロールたまごやき キャベツゆかりあえ うのはな パイナップル
428kcal P12.5g	526kcal P11.0g	490kcal P12.7g	487kcal P13.2g	387kcal P14.7g

kcal=エネルギー/P=タンパク質

5月5日「こどもの日」

5月5日は「端午の節句」です。1948年に「こどもの日」として国民の祝日となりました。一説には中国から伝わった考えで、月と日に奇数が並ぶ5月5日は不吉とされ、身を清めお供える日でした。平安時代の日本の貴族は、においが強い菖蒲の葉で邪気をはらいました。現代のように「男の子の成長を願う日」となったのは江戸時代からです「菖蒲（しょうぶ）」の読み方が「尚武（しょうぶ）と同じく武道を重んじること」と同じことから、武具であるかぶとを飾るようになったそうです。いまは家の中にかぶとを飾りますが、江戸時代は家の前で道行く人に見せる大がかりなものでした。周りの家と競うようにどんどん豪華になり、幕府が「豪華なかぶとはダメ」と禁止令をだしたこともあったそうです。



※仕入れ等の都合により献立が変更になる場合があります。ご了承ください。
※魚は、骨取りを使用していますが、お子様には「魚には骨があるよ」とお知らせください

株式会社 ココット