

3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 ちらしずし チキンカツ てりやきミートボール ボイルフロッコリー さといものごったに ひなまつりゼリー 444kcal P13.7g
4	5	6	7	8
わかめごはん ヒレカツ たまごやき スパゲティソテー コールスローサラダふう ピピピチーズ 438kcal P14.1g	ふりかけごはん サーモンフライ たこさんウィンナー はくさいのおかかあえ あつあげのチャンフル いちご 449kcal P13.1g	きゅうえんび	ごはん タンドリーポーク チキンリング いんげんソテー キャベツポルトマトに テコポン 450kcal P14.4g	ごはん とりのたつたあげ ハーフオムレツ ほうれんそうソテー れんこんきんぴら だいがくいも 454kcal P10.2g
11	12	13	14	15
ふりかけごはん にこみハンバーグ エビフライ スパゲティソテー フロッコリーとツナサラダ フルーツ(かん) 469kcal P12.2g	どうえんさいしゅうび	はるやすみ	はるやすみ	はるやすみ

kcal=エネルギー/P=タンパク質

3月3日ひなまつり 「ひなあられ」の由来

ひな祭りのはじまりは平安時代、その頃は紙で作った人形などで上流階級の子どもが遊んだという記述が残っているそうです。

江戸時代になると「ひなの国見せ」という天気の良い日にお菓子をもち、飾られているひな人形を持って一緒に美しい景色を眺めながら食べたのが「ひなあられ」の誕生といわれています。大切なひな人形を持ち出すことなど今では考えられませんが、今より持ち運びしやすいひな人形だったようです。

ひなあられには、関東と関西で違いがあります。関東は米粒サイズで昔懐かしいポン菓子を砂糖で甘く味付けしたもの。一方関西のひなあられは直径1センチほどのまん丸の球体で醤油や塩で味付けされているあられです。

どちらのひなあられも美味しく、見た目も華やかなので関東でも関西のあられを見かけた時は、食べ比べしてみてもいいかもしれません。



*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