



5月 5日(月)～ 5月11日(日) 予定献立表



	5月 5日(月)	5月 6日(火)	5月 7日(水)	5月 8日(木)	5月 9日(金)	5月10日(土)	5月11日(日)
朝食	ご飯 みそ汁 煮やっこ きゃべつの胡麻和え ふりかけ 牛乳	ご飯 みそ汁 温泉卵 きゃべつの煮ひたし のり佃煮 牛乳	ご飯 みそ汁 豆腐のさっと煮 白菜のお浸し ふりかけ 牛乳	ご飯 みそ汁 ジャーマンポテト風 ゆかり和え ふりかけ 牛乳	ご飯 みそ汁 こうや豆腐の卵とじ 白菜のおかか和え ふりかけ 牛乳	ご飯 みそ汁 彩りたまご焼き 花野菜のサラダ ふりかけ 牛乳	ご飯 みそ汁 お魚豆腐の煮物 小松菜ごま和え ふりかけ 牛乳
昼食	グリnpiesご飯 すまし汁 和風ハンバーグ・照焼ソース 切り干し大根のサラダ いちごゼリー	ご飯 すまし汁 揚げ豆腐のかにあん 空豆とマカロニのサラダ 果物	やきとり丼 みそ汁 らっきょうのポテトサラダ 果物	ご飯 けんちん汁 かれいの照り焼き ビーフンサラダ 果物	牛丼 みそ汁 ほうれん草の白和え 果物	ご飯 すまし汁 鶏肉のきのこクリームソース なすのみぞれ和え 果物	ご飯 みそ汁 ロールカツ もやしのナムル 果物
おやつ	バームクーヘン・コーヒー *プリン*	ようかんロール・お茶 *コーヒーゼリー*	せんべい・お茶 *りんごプリン*	あずきワッフル・お茶 *イチゴムース*	カスタードケーキ・お茶 *キャラメルプリン*	クリームブッセ・お茶 *あずきプリン*	ソフトクレープ・紅茶 *きなまんジェ*
夕食	ご飯 みそ汁 魚のコーン焼き 白菜のおかか和え ホワイトアップル乳酸菌	ご飯 みそ汁 カレイのバター焼き チンゲン菜と竹輪の和え物 野菜ジュース	ご飯 すまし汁 中華風千草焼き 大根のゆずみそかけ 野菜ジュース	ご飯 みそ汁 豚肉の塩麹炒め なすの生姜和え 乳酸菌飲料	ご飯 すまし汁 鮭のあんかけ さつま芋のはちみつバター 漬物	ご飯 みそ汁 さわらのカレーニエル じゃがいも土佐煮 漬物	ご飯 すまし汁 きんめと冬瓜の煮つけ カリフラワーのタラコサラダ 三色豆
	エネルギー 1552 Kcal 脂質 42.1 g たんぱく質 57 g 塩分 6.7 g	エネルギー 1480 Kcal 脂質 37.3 g たんぱく質 57.8 g 塩分 7.4 g	エネルギー 1523 Kcal 脂質 38.9 g たんぱく質 56 g 塩分 7.9 g	エネルギー 1493 Kcal 脂質 39.7 g たんぱく質 54.1 g 塩分 5.8 g	エネルギー 1506 Kcal 脂質 39.8 g たんぱく質 55.2 g 塩分 7.4 g	エネルギー 1514 Kcal 脂質 45 g たんぱく質 61.8 g 塩分 7.1 g	エネルギー 1570 Kcal 脂質 38.4 g たんぱく質 62.8 g 塩分 7.4 g

配送・材料の都合により、献立内容に変更がある場合がございます

5月5日はこどもの日

もともとは男の子の健やかな成長を願う「端午の節句」として祝われてきましたが、現在では男女を問わずすべての子供の幸せを願う日となりました。

平安時代には菖蒲やよもぎを軒先に飾って厄除けをする風習が広まりました。江戸時代には庶民の間にも紙のこいのぼりを立てたり、鎧や兜を飾ったりする風習が広まったそうです。

こどもの日の定番の食べ物といえば柏餅があります。柏の葉は子孫繁栄を願う縁起のよい植物と考えられ、子供が元気に育つようにと願いをこめて、柏餅が食べられるようになったと言われています。

