



11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 [いるかルームのみ] わかめごはん サーモンフライ たこさんウィンナー カリフラワーソテー さんしょくナムル グレープフルーツ |
| | | | | 430kcal P11.0g |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| ふりかえきゅうじつ | ふりかけごはん とりのからあげ たまごやき アスパラソテー ごぼうとぶたにくのいために りんご (かん) | ごはん イタリアンハンバーグ おからポテト ひらさやいんげんソテー ほうれんそうとツナサラダ オレンジ | ごはん とんかつ ミートボールケチャップ こまつなソテー カレージャーマンさといも みかん | ざっこくまい こんさいカレー チキンリング コールスローサラダ ピピピチーズ |
| | 424kcal P13.2g | 444kcal P10.6g | 442kcal P11.8g | 486cal P12.6g |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| ふりかけごはん とんてき ロールたまごやき スパゲティソテー にくじゃが おうとう (かん) | さつまいもごはん ますのしおやき ほたてふうみフライ フロッコリーソテー れんこんきんぴら オレンジ | ゆかりごはん ピーマンにくづめフライ ウィンナー チンゲンさいソテー だいごサラダ みかん | ごはん ぶたにくカレーほんこやき ハーフオムレツ いんげんソテー フロッコリーとツナサラダ りんご | ごはん すぶたバーグ スマイルポテト ひじきのサラダ フルーツミックス (かん) |
| 465kcal P14.9g | 429kcal P13.8g | 454kcal P12.3g | 427kcal P13.9g | 430kcal P9.0g |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| キャロットピラフ クリームシチュー ポイルフロッコリー れんこんサラダ ミニゼリー | ごはん ポークチャップソテー にくまん こまつなサラダ りんご | ごはん とりのきのこクリームソース さつまいもフライ アスパラソテー ごぼうサラダ グレープフルーツ | ごはん メンチカツ ロールたまごやき カリフラワーソテー シルバーサラダ みかん | ごはん さわらのマヨチーズやき れんこんのてんぷら はくさいのおかかあえ かぼちゃのいとこに オレンジ |
| 460kcal P12.7g | 471kcal P11.0g | 434kcal P12.6g | 433kcal P10.1g | 433kcal P12.6g |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| ごはん ヒレカツ たまごやき スパゲティナポリタン あつあげのチャンフル さんしょくまめ | キーマカレー やさしいコロッケ はくさいシーザーサラダ りんご | ふりかけごはん ぶたにくのみそつけやき エビフライ もやしソテー ぜんまいとれんこんに いちごあんにとろろ | ごはん マーボー豆腐 ちくわいそべあげ フロッコリーのナムル だいがくいも | ごはん とりのたつたあげ たけのこしょうまい きゃべつゆかりあえ ジャーマンポテト みかん |
| 480kcal P15.0g | 484kcal P10.4g | 451kcal P14.2g | 450kcal P11.7g | 443kcal P10.2g |

kcal=エネルギー/P=タンパク質

子供の成長を祝う七五三



11月15日の七五三は、七歳・五歳・三歳の子どもたちの成長を祝う日本の年中行事です。

これまで無事に成長したことを感謝し、今後も健やかであるようにお参りします。

千歳飴の千歳は千年という意味で、子どもの健康と成長を願い「長く伸びる」という意味と延命長寿を願う意味も込められ、長さは1メートル以内、直径は1.5センチメートル以内と決まっており、とても長いのが特徴です。縁起のよい紅白となっており、袋にも鶴亀や松竹梅など縁起のよい図案が描かれています。

千歳飴を切ると縁起が悪いのではないかと考えてしまう方も多いと思いますが、食べやすい大きさに切ったり砕いたりしても問題ないそうです。(電子レンジで少し温めると切りやすくなります) 家族みんなで少しずついただいたり、近所の方や親せきに配ったりするのも「福を分ける、子どもの成長を見守ってくれたことへの感謝を伝える」という意味で良いとされています。子ども達が健やかに成長してくれますように

※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