

	日	月	火	水	木	金	土	日
	5月4日	5月5日	5月6日	5月7日	5月8日	5月9日	5月10日	5月11日
朝食	おじや ピルクル たけのこの煮物	中華雑炊 ピルクル 厚焼き卵	おじや ピルクル ひじきの煮物	中華雑炊 ピルクル 五目豆	おじや ピルクル スクランブルエッグ	中華雑炊 ピルクル 切り干しの煮物	おじや ピルクル きんぴらごぼう	おじや ピルクル 煮豆(金時豆)
昼食	ごはん 牛乳 牛肉とごぼうの煮物 もずくの酢の物	♪こどもの日♪ 筍ごはん すまし汁 焼き魚(あじ) 菜果なます	ごはん 牛乳 鶏肉の トマト煮込み 青菜のお浸し	ごはん ココア たらの塩麴焼き れんこんサラダ	ごはん 牛乳 カレー 大根の青しそ サラダ	ごはん コーヒー牛乳 白身魚のピカタ 玉ねぎとアスパラのサラダ	♪パンの日♪ ハムサンド・ あんパン 牛乳 豆腐の ごまサラダ 酢豚(パン代替)	ごはん ミルクティー 鮭のフライ 春雨サラダ
おやつ	ももゼリー	クリームソーダ風 ゼリー	プリン	芋ようかん	アイスクリーム	りんごのジュレ	ヨーグルト	チョコプリン
夕食	ごはん 味噌汁 (もやし・ワカメ) 刺身 (マグロ・えび) じゃがいもの煮物	ごはん コーンクリーム スープ ピーマンの肉詰め フライ コールスロー	ごはん 味噌汁 (もやし・ワカメ) 煮魚(赤魚) なすの揚げびたし	ごはん 味噌汁 (キャベツ・えのき) 焼き鳥風 みぞれ和え	ごはん 味噌汁 (豆腐・みつば) さわらの西京焼き こごみのごま和え	ごはん 味噌汁 (南瓜・ねぎ) 肉豆腐 マカロニの カレー風味サラダ	ごはん 味噌汁 (もやし・しめじ) かれいの照り焼き 青菜のからし和え	ごはん 味噌汁 (里芋・油揚げ) 春野菜の炒め物 卵豆腐
栄養価	1221kcal、食塩7.2g	1359kcal、食塩6.1g	1246kcal、食塩5.8g	1342kcal、食塩5.0g	1394kcal、食塩6.6g	1384kcal、食塩5.0g	1323kcal、食塩7.7g	1475kcal、食塩5.9g

♪こどもの日♪

5月5日は「こどもの日」

もともと5月5日は「端午の節句(たんごのせっく)」で

男の子の健やかな成長や幸せを祈って、お祝いをする日でした

1948年に5月5日を

「こどもの人格を重んじ、こどもの幸福をはかるとともに、母に感謝する」

お休みの日と決められてから、端午の節句の日がこどもの日にもなったそうです



よねやまの里ホームページにも今週の献立表の掲載しています
ご覧ください

* ホームページ <http://matunami-fukushi.com/>