

3月給食だより



奥内保育園

| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--|---|--|---|---|---|
| | | | | 1 | 2 |
| | | | | ひなちらし 花しゅうまい 小松菜のお浸し 花麩汁・果物 | ホイコーロー 水菜サラダ ミニトマト しめじのみそ汁 |
| 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| 焼き魚 ピーマンサラダ カボチャの甘煮 大根のみそ汁 | タンメン 味付け卵 白菜の浅漬け キャンディチーズ・果物 | ぎょうざ フレンチサラダ ミニトマト とろろ昆布汁・果物缶 | 鶏じゃが ポパイソテー たくあん納豆 かき玉汁 | 豆腐ハンバーグ いんげんソテー パプリカ炒め 若竹汁 | 大根のそぼろあん 若布の酢の物 粉吹き芋・味付け海苔 もやしのみそ汁 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 |
| カボチャカレー ブロッコリーのマヨ和え トマト・福神漬け 番茶・果物缶 | 卵とじうどん ほうれん草のおかか和え キャンディチーズ 果物 | 厚揚げのオイスター炒め いんげんの胡麻和え ミニトマト エノキのみそ汁 | いわしの梅醤油煮 切り干し大根サラダ さつま芋のバターソテー すまし汁・果物 | 手作り弁当の日 | 親子煮 小松菜のお浸し トマト じゃが芋のみそ汁 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 |
| ビーフン炒め キャベツのピーナッツ和え 茹で卵・ふりかけ 豆麩汁 | きのこスパゲティ セロリサラダ トマト 若布スープ・果物 | チンジャオロース りんごサラダ トマト 春雨スープ | 春分の日 | 生姜焼き チンゲン菜とちくわのマヨ和え きのこ炒め 豆腐のみそ汁 | ちらし寿司 魚の竜田揚げ 菜の花のお浸し お吸い物・果物 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 |
| さんまのおかか煮 ウインナーソテー 茹でアスパラ さつま芋のみそ汁 | 麻婆豆腐丼 もやしのナムル 漬物 玉ねぎのみそ汁 | カブシチュー ロールパン かぼちゃサラダ 番茶・果物 | 鶏の甘辛煮 ほうれん草の卵炒め トマト 高野豆腐のみそ汁・果物 | すき焼き煮 大根サラダ コーンバター キャベツのみそ汁 | 筑前煮 マカロニサラダ ミニトマト ふのりのみそ汁 |

※ 都合により献立を変更する場合があります。

おやつは下記のようになります

| | 午前おやつ | 午後おやつ |
|---|-----------------------|-------------------|
| 月 | 牛乳 おかし | ヤクルト おかし |
| 火 | ヨーグルト | 牛乳 おかし |
| 水 | カルピス おかし | 牛乳 おかし |
| 木 | ヨーグルト | 牛乳 おかし |
| 金 | プリン | ヨーグルト または果物 |
| 土 | 果物または 果物缶 (未満児) | 牛乳 おかし (全員) |

桃の節句

3月3日のひなまつりは、雛人形を飾ってひし餅や白酒を頂きましょう。

もともとは中国から伝わってきた風習で、身に付いた汚れを洗い流し、身を清めて災いや病気を免れようとなりました。この習慣が奈良時代頃に日本へ伝わり、現在のような段飾りは江戸時代から盛んになりました。

現在のひなまつりは、将来、良い人に巡り合えますようにと、娘の幸せを祈って祝う節句に変化しているようです。

