

3月給食だより



三内保育園

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	ちらし寿司 魚の竜田揚げ 菜の花のお浸し お吸い物・果物	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	チンジャオロース りんごサラダ トマト 春雨スープ
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。

