



3月こんだてひょう



(都合により献立が変更になる場合があります)

平成30年 3月 愛児園湯田保育所

ひな祭

日	曜	午前おやつ	献立	材料			午後おやつ	家庭で とりた い食 品
				あか 体を丈夫にする	きいろ 強い力を作る	みどり 体の調子を整える		
1	木	牛乳 かえりちりめん	パン 中華風ローストポーク れんこんサラダ ビーンズスープ	豚肉(ひれ) 水蒸大豆 ベーコン	テーブルロール じゃが芋	きゅうり れんこん 人参 セロリ キャベツ もやし	いよかん かし	野菜類
2	金	牛乳 チーズ かし	本育の日 おすし 鶏肉のから揚げ 甘煮煮 いちご はなっこりーごまあえ ふのすまし汁	鶏もも肉 菜の花 豆腐	米 ふ こんにやく	しいたけ 人参 菜の花 キャベツ はなっこりー	カルピス寒天 ひなあられ	いも類
3 17	土	牛乳 かし	きつねうどん しらすあえ うずら煮豆 果物	油揚げ しらす干し うずら豆	うどん	ほうれん草 人参 キャベツ 玉葱 小葱 りんご		いも類
5	月	ヨーグルト かし	パン 魚のコンクリーム焼き ポテトサラダ かぼちゃスープ	鮭 卵 シーチキン	ミニクワッサン じゃが芋	きゅうり 人参 玉葱 かぼちゃ キャベツ パセリ	りんご 昆布 かし	豆類 野菜類
6 20	火	牛乳 いよかん	わかめごはん ちくわのいそべ揚げ 豚汁 里芋の煮物 8日もみのりあえ 20日ペーナツあえ	ちくわ 卵 豚こま切	米 こんにやく じゃが芋 里芋 さつま芋	ほうれん草 人参 キャベツ 玉葱 大根 小葱 青のり	8日ソフトクッキー 20日ゼサミトスト	種実類
7	水	牛乳 りんご	スパゲティナポリタン じゃが芋ほろ煮 ブロッコリーおかかあえ ごぼう含め煮 スープ	豚こま切 えび 合挽肉	スパゲティ じゃが芋	しめじ ピーマン 人参 ブロッコリー キャベツ 玉葱 ごぼう	焼きいも ミニゼリー	豆類
8	木	牛乳 かし	ありがとうパーティー(おたのしみメニュー)				いよかん かし	
9	金	牛乳 かし	パン マカロニグラタン わかめとコーンのサラダ 白菜スープ	鶏ももこま切 ベーコン	ミニ牛乳パン マカロニ じゃが芋	わかめ きゅうり 玉葱 人参 コーン(粒) 白菜 もやし キャベツ	オレンジジュース りんご かし	魚介類
10 24	土	牛乳 かし	10日ちゃんぽんうどん 10日ブロッコリーごまあえ 24日きのこスパゲティ 24日おかかあえ 粉ふき芋 果物	10日豚こま切 24日ベーコン えび	10日うどん 24日スパゲティ じゃが芋	人参 キャベツ 10日ブロッコリー には 24日ほうれん草 しめじ		豆類
12	月	牛乳 りんご	パン 鶏肉のママレード焼 かぼちゃ甘煮 スパゲティサラダ きのこいりかき卵スープ	鶏もも肉 卵 シーチキン	ミニクワッサン スパゲティ じゃが芋	かぼちゃ ごぼう きゅうり キャベツ しめじ しいたけ	おむすび	種実類
13	火	牛乳 かし	お別れ遠足(お弁当の日)				パック牛乳 ミニパン チーズ	
14	水	100%ジュース かし	親子丼 魚のごまみそ焼き キャベツの塩昆布あえ けんちん汁	鶏ももこま切 白身魚 卵 豆腐	米 じゃが芋	人参 キャベツ ねぎ ごぼう 大根 小葱	りんご かし	野菜類
15	木	牛乳 かし かえりちりめん	パン はんぺんのハムチーズ揚げ 白菜とリンゴのサラダ キャベツのスープ	はんぺん ロースハム チーズ 卵	テーブルロール じゃが芋	白菜 りんご キャベツ もやし きゅうり パセリ	いよかん かし	豆類
16	金	牛乳 かし	根菜カレーライス ひじきと大豆の煮物 ブロッコリーのサラダ ししやも	牛こま切 油揚げ ししやも シーチキン	米 こんにやく じゃが芋 さつま芋	ブロッコリー カリフラワー ひじき 人参 玉葱	ヨーグルト バナナ かし	種実類
19	月	ヨーグルト かし	パン 魚の香草焼き マカロニサラダ 麻婆豆腐	鮭 卵 豆腐 シーチキン	ミニクワッサン マカロニ	キャベツ 人参 玉葱 きゅうり ねぎ には しょうが	りんご 昆布 かし	いも類 野菜類
22	木	牛乳 チーズ かし	パン 豆腐のハンバーグ かぼちゃ甘煮 わかめとコーンのサラダ シチュウニ	合挽肉 鶏ももこま切 豆腐 卵	テーブルロール じゃが芋	玉葱 人参 わかめ かぼちゃ レタス きゅうり パセリ	いよかん かし かえりちりめん	野菜類 種実類
23	金	牛乳 かし	卒園・進級お祝いメニュー(おたのしみメニュー)					
26	月	牛乳 かし	仲かりんぼん 筑前煮 高野豆腐含め煮 切り干し大根サラダ 魚団子のみそ汁	鶏ももこま切 白身魚すり身 高野豆腐	米 里芋 こんにやく	ごぼう 人参 大根 れんこん きゅうり ほうれん草 白菜	りんご かし	豆類
27	火	牛乳 かし	パン 鶏肉のクラッカー焼き マカロニサラダ ビーンズスープ	鶏もも肉 シーチキン 水蒸大豆	ミニ牛乳パン マカロニ じゃが芋	キャベツ きゅうり 人参 セロリ 玉葱 もやし	いよかん かし	野菜類 種実類
28	水	100%ジュース かし	しろごはん 魚のみぞれ煮 もみのりあえ けんちん汁	白身魚/青魚 豆腐	米 じゃが芋	ほうれん草 キャベツ 人参 大根 小葱 ごぼう 玉葱 のり	りんご かし	卵類

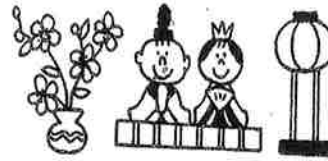
本字は先月に引き続き「げんきくん」リクエストメニューです。



給食だより



昼間のひざしも暖かくなり、春の訪れを感じる今日この頃です。子どもたちも元気いっぱい園庭で遊んでいます。今年度も残すところあと1ヶ月になりました。はじめは慣れなかった給食も「おいしい」といって食べてくれ、とてもうれしく思います。進級・入学する子どもたちは期待に胸をふくらませているでしょう。そんな子どもたちの気持ちを受け止めながら 毎日を過ごしていきたいと思います。



ひなまつりの由来

ひなまつりの始まりは中国といわれています。中国では3月最初の巳(み)の日に身を清め厄除ける風習がありました。「形代(かたしろ)」として身代わりの小さな人形を作り、それが災難を引き受けてくれると考えられていました。その人形に感謝と供養の気持ちをこめてごちそうするようになったのが始まりとされています。

白酒



桃のお酒とあわせて紅白として祝福をあらわしているといわれています。

菱餅



紅 くちなしが含まれていて解毒作用があります。
白 白い菱の実に血圧降下作用があります。
緑 よもぎ餅。造血作用があります。
花の赤、雪の白、新しい芽の緑という春をあらわす意味があります。

ひなあられ



お米を蒸して乾燥させたものを煎ってふくらませ、食用の色粉などで色をつけたものです。主に桃色、緑色、黄色、白の4色が四季をあらわしているため1年の四季を通して健康の願いが込められています。