

3月の献立

うみの星認定こども園

日・曜	昼食	おやつ	3歳未満児追加	行事計画
			10時	
1 (金)	ちらし寿司 お吸い物 たらの竜田揚げ 切り干し大根のごまネーズ 果物	手作りプリン	お菓子	
2 (土)	焼きうどん えのきスープ ミートボール ほうれん草とキャベツのお浸し 果物	ゼリー		
4 (月)	親子丼 みそ汁(しめじ、豆腐、ねぎ) 白菜ともやしのお浸し 果物	いももち牛乳	お菓子	
5 (火)	玄米ロール キャベツスープ サーモンフライ もやしサラダ 果物	お好み焼き牛乳	お菓子	
6 (水)	やきそば わかめスープ かにかまサラダ 果物	ミルクパン牛乳	お菓子	
7 (木)	ごまごはん 八杯汁 さばの塩焼き 野菜炒め 果物	ヨーグルト	お菓子	
8 (金)	食パン 春雨スープ チキンナゲット れんこんサラダ 果物	グラノーラスコーン牛乳	お菓子	
9 (土)	五目うどん 切り干し大根とひじきの炒め物 枝豆 果物	プリン		卒園式
11 (月)	納豆ごはん みそ汁(じゃがいも、わかめ) 塩鮭 ちくわとキャベツの炒め物 果物	ヨーグルト	お菓子	
12 (火)	玄米ロール 大根スープ コロッケ 野菜サラダ 果物	蒸しパン牛乳	お菓子	
13 (水)	ナポリタンスパゲティ きのコスープ 和風ハンバーグ チーズサラダ 果物	ケーキジュース	お菓子	誕生会
14 (木)	ごはん みそ汁(キャベツ、人参、玉ねぎ) おから煮(豚肉入り) もやしのお浸し 果物	ゼリー	お菓子	
15 (金)	ごはん みそ汁(なめこ、油揚げ) すき焼き風煮 おくらのしらす和え 果物	お菓子牛乳	お菓子	
16 (土)	そうめん 白身フライ ほうれん草のごま和え 果物	ヨーグルト		
18 (月)	カレーライス 牛乳 ウインナー コーンサラダ 果物	メロンパン牛乳	お菓子	お楽しみ会
19 (火)	食パン 野菜スープ さめフライ マカロニサラダ 果物	アメリカンドッグ牛乳	お菓子	
21 (木)	中華風炊き込みごはん みそ汁(卵、豆腐) からあげ キャベツのお浸し 果物	プリン	お菓子	
22 (金)	塩ラーメン ぎょうざ チーズ 果物	お茶漬け	お菓子	
23 (土)	ごはん かき玉汁 鮭のごま焼き 野菜炒め 果物	パン牛乳		
25 (月)	焼肉丼 みそ汁(なめこ、ねぎ、わかめ) ブロッコリーサラダ 果物	ホットケーキ牛乳	お菓子	
26 (火)	ハイジのパン 卵スープ ミートボール ポテトサラダ 果物	一ロミートパイ牛乳	お菓子	
27 (水)	卵とじうどん メンチカツ 白菜のお浸し 果物	お菓子牛乳	お菓子	
28 (木)	わかめごはん 豆腐のみそ汁 鶏バーグ もやしのお浸し 果物	おからポテトナゲット牛乳	お菓子	
29 (金)	ごはん 豚汁 鮭のマヨネーズ焼き ほうれん草のお浸し 果物	フレンチトースト牛乳	お菓子	
30 (土)	牛肉ときのこの混ぜごはん みそ汁(大根、油揚げ) さばの塩焼き ブロッコリーのおかか和え 果物	ゼリー		

ひなまつりのいわれ

女の子の節供として祝われている「ひなまつり」は、「ひな節供」「桃の節供」とも呼ばれ、ひな人形を飾り、桃の花、白酒、ひしもち、あらねなどを供える風習がほぼ全国にゆきわたっています。その始まりは中国と言われています。中国では3月最初の巳(み)の日に身を清め厄よけをす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つくり、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込めてごちそうをするようになったのが、まつりの始まりとされています。



「園児わくわく行事食」西田奈保子(芽ばえ社) 参考