

16 (月)	麦ご飯					米 麦	
	牛乳		牛乳				
	中華肉団子	豚肉 大豆 卵		人参 ニラ	生姜 にんにく ねぎ 蓮根 ごぼう 玉ねぎ	パン粉 かたくり粉 砂糖	ごま油
	野菜のおろし和え			人参 ほうれん草	キャベツ もやし コーン 大根		
	油揚げの味噌汁	油揚げ 豆腐 みそ	わかめ				
いちごパバロア		牛乳				パバロアの素	
17 (火)	麦ご飯					米 麦	
	牛乳		牛乳				
	鯖の味噌煮	鯖 みそ			しょうが	砂糖	
	カミカミサラダ	するめいか		人参	ごぼう 大根 胡瓜		ごま
	豚汁	豆腐 豚肉 みそ		人参	大根 蓮根 玉ねぎ 蒟蒻		ごま油
蜂蜜レモンゼリー						蜂蜜レモンゼリー	
18 (水)	バターロールパン					バターロールパン	
	牛乳		牛乳				
	ミートグラタン	豚肉 大豆	チーズ	赤坂とまと パフリカ	玉ねぎ コーン	マカロニ	オリーブオイル
	ツナとブロッコリーサラダ	ツナ		人参	キャベツ 蓮根 胡瓜		ゴマドレッシング
	レタスのスープ	豆腐		人参 小松菜	レタス 玉ねぎ		
デコボン				デコボン			
19 (木)	麦ご飯					米 麦	
	牛乳		牛乳				
	鰯のカレー風味揚げ	鰯			しょうが にんにく	砂糖 かたくり粉	ごま 油
	ポテトのマスタード和え	ハム		人参	胡瓜 コーン	じゃが芋	マヨネーズ コンドレッシング
	キムチ汁	豆腐 みそ		人参 小松菜	白菜 大根		ごま
清見オレンジ				清見オレンジ			
23 (月)	麦ご飯					米 麦	
	牛乳		牛乳				
	ポークカレー	豚肉	牛乳 スキムミルク	人参 赤坂とまと	にんにく 生姜 玉ねぎ 林檎	じゃが芋 カレールー	油
	海藻サラダ	ツナ	海藻ミックス	人参	キャベツ 胡瓜 コーン	砂糖	ごま油
	ゼリーポンチ				レモン果汁 みかん	砂糖 カレゼリー 苺ゼリー	

※献立は都合により変更する場合があります。

ひな祭りのおはなし

毎年3月3日は、女の子の健やかな成長と幸せを願い、お祝いをする「ひな祭り」です。ひな人形や桃の花を飾り、さまざまな願いを込めた料理やお菓子をいただきます。季節の節目となる五節句（五節供）の一つ「上巳の節句」でもあり、季節の花にちなんで「桃の節句」とも呼ばれます。



ひな祭りの始まりは、平安時代までさかのぼります。古代中国から伝わった「上巳節」という厄払いの風習と、貴族の女の子たち間で流行した人形遊びが結びつき、人形に災いを移して川に流す「流しびな」の風習が生まれました。その後、豪華なひな人形を飾るようになり、江戸時代には一般の人びとの間へも広がっていき、現代のようなひな祭りが行われるようになりました。

ひな祭りの食べ物

ひしもち

緑・白・桃（ピンク）の3色を重ねた、菱形のもち。雪の下から新芽が芽吹き、桃の花が咲く春の様子を表現しているとされますが、色や形、重ね方など、地域によって違いがあります。

ひなあられ

もとはひしもちを砕いて作られていました。関東と関西で大きく異なり、関東地方では米粒形の甘いポン菓子、関西地方では直径1cmほどの丸形のあられが親しまれています。

白酒

桃の花びらを酒に浸した「桃花酒」を飲む風習がありましたが、江戸時代に「白酒」が売り出されると、たちまち人気を集めて定着しました。白酒はアルコールを含むため、子ども向けには、米麹から作る甘酒などが用いられます。

各地のひな菓子



ちらしずし

酢飯の上に、縁起の良い食べ物、旬の食べ物を彩りよく散らしたおすし。ひな祭りの食べ物として定着したのは最近のことで、もとは、塩漬にした魚と米を発酵させた「なれずし」が食べられていたとされています。

はまぐりのうしお汁

はまぐりは、対になった貝殻でないと形がぴったり合わないことから、夫婦円満の象徴とされています。良い縁に恵まれて、幸せになれるようにという願いが込められています。

春の行事と行事食

3月3日 ◆ひなまつり◆ はまぐりの潮汁 ひしもち	3月20日ごろ ◆春分の日（春のお彼岸）◆ ぼたもち	桜開花のころ ◆お花見◆ 花見団子 行楽弁当
---	--	--

1年間ありがとうございました！

まだ寒さの残る日はあるものの、吹く風に春の到来を感じる季節となりました。この1年で、どの子どもも心身ともに大きく成長し、一段とたくましくなった様子がうかがえます。日々の給食や食育を通して、そのサポートができていたらうれしいです。今月は、卒業や進級を控えた皆さんへ、応援やお祝いの気持ちを込めた給食を提供しますので、楽しみにしてください。

