

季節は冬から春へ移り変わろうとしています。  
季節の変わり目は体調を崩しやすくなるので気をつけましょう。

3月3日 雛祭りメニュー

- ・ちらし寿司
- ・ブロッコリーの胡麻和え
- ・豆腐とねぎのすまし汁
- ・いちご



みんな上手に巻食べてくれました

## 3月3日は雛祭り(女の子の節句)

雛祭りといえば、ちらし寿司、はまぐりのお吸い物、ひなあられ！それぞれ、雛祭りに食べる意味があります。

### ・ちらし寿司



縁起の良い具材祝いの席に相応しく、鮮やかな彩りからひな祭りの定番になったとされています。また色々な具材が混ざり合っていることから将来食べ物に困りませんようにという願いも込められています。具材の意味は、えび(長生き)れんこん(見通しがきく)豆(健康でまめに働ける)という意味があります。



### ・はまぐりのお吸い物

はまぐりの貝殻は、対になっている貝殻でなければぴったりと合わないんです。このことから、夫婦円満を表しています。

### ・ひなあられ

色の意味は、桃(生命)白(雪の純白)緑(木の芽)でひし餅と同じ意味を持ちます。ひなあられは、関東と関西では味や形が違います。関東では、円柱形で甘い味。関西では丸い形でしょっぱい味。



2月のリクエスト給食は  
さくら組さんのピザトースト と もみじ組さんのから揚げでした。



子供たちの感想は・・・「美味しかった～」  
「また食べたい！毎日食べたい」  
などの嬉しい感想をいただきました。

から揚げは完売でみんなきれいに食べてくれました！  
ピザトーストは野菜が嫌いな子でも美味しく食べてくれました！

3月11日の給食”お楽しみカレーライス”はみんなの大好きなカレーライスの人参をかわいく型ぬきをしてもらいます！  
どんなカレーライスになるのか楽しみですね♪

### 今月の平均食事摂取量

エネルギー	たんぱく質	脂質	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩
475kcal	16.9g	15.2g	92mg	1.8mg	167ug	0.28mg	0.23mg	29mg	3.3g	1.8g

ニュー



いて

!

