



# 3月予定献立表



＜令和6年＞  
大崎保育園

日	曜日	献立	10時	3時おやつ	食育
1	金	＜ひな祭り会＞デコレーション寿司・チューリップの唐揚げ・ブロッコリーのお浸し はまぐりのすまし汁・いちご	ビスコ バナナ	2色ゼリー ひなあられ	
2	土	豚丼・みそ汁・オレンジ	クラッカー りんご	ビスケット バナナ	
4	月	☆きな粉ご飯・鮭のレモン蒸し・卵の花・みそ汁・ぶどうゼリー	バナナチップ	☆じゃがもちーず	
5	火	わかめご飯・豚肉のしょうが焼き・もやし中華サラダ・小松菜のスープ・オレンジ	ポーロ りんご	☆卵サンド	朝食の大切さについて
6	水	☆ラーメン・鶏肉の香味焼き・白菜ナムル・バナナ	ウエハース オレンジ	ゆかりチーズおにぎり	パック牛乳(らいおん組)
7	木	＜おにぎりパーティ＞ご飯(0・1歳鮭フレーク・ふりかけ)(2歳鮭フレーク・昆布佃煮)おにぎり (3上はちみつ梅・鮭フレーク・昆布佃煮)・さわらの幽庵焼き風・小松菜とひじきの白和え・すまし汁・りんご	きな粉マカロニ	人参チュロス	
8	金	＜うどん作り交流会＞きつねうどん・☆カレーうどん・ほうれん草のおかか和え・バナナ	ビスケット オレンジ	ひじきおにぎり	
9	土	中華丼・みそ汁・オレンジ	クラッカー りんご	ぱりんこ バナナ	
11	月	ご飯・さばの塩麴焼き・春雨サラダ・すまし汁・ヨーグルト	スティックパン	わらび餅	
12	火	ご飯・魚粉ふりかけ・おでん・キャベツの納豆和え・みそ汁・りんご	バナナチップ	ポテトグラタン	
13	水	☆ミートスパゲティ・かみかみサラダ・0～2歳切れてるチーズ・3～5歳スティックチーズ・バナナ	ビスコ オレンジ	細巻き	
14	木	＜誕生会＞ゆかりご飯・チキン南蛮・イタリアンサラダ・きのこスパゲティ・豆乳スープ オレンジ	星たべよ バナナ	☆いちごのケーキ	
15	金	＜卒園遠足(らいおん)＞ご飯・さわらの煮付け・ポテトサラダ・ほうれん草のスープ・りんご	ポーロ オレンジ	ラスク	
16	土	そばろ丼・みそ汁・オレンジ	クラッカー りんご	ビスコ バナナ	
18	月	☆牛丼・もやしの甘酢和え・みそ汁・りんご	ウエハース オレンジ	☆人参パンケーキ	
19	火	☆納豆ご飯・メンチカツ・小松菜のポン酢和え・中華スープ・ヨーグルト	いちごジャムトースト	ぼたもち	
20	火	＜春分の日＞			
21	木	＜お別れ遠足・弁当の日＞	ポーロ オレンジ	揚げパン	
22	金	☆カレーライス・ブロッコリーサラダ・0～2歳切れてるチーズ・3～5歳スティックチーズ・バナナ	シガーフライ	☆マシュマロサンド	
23	土	焼きそば・チンゲン菜のスープ・オレンジ	クラッカー りんご	ビスケット バナナ	
25	月	大豆入りわかめご飯・豚バラ大根・ひじきサラダ・みそ汁・りんご	ビスコ バナナ	フルーツポンチ	
26	火	ご飯・ふりかけ・おからコロッケ・小松菜のしらす和え・キャベツのスープ・バナナ	ウエハース オレンジ	チヂミ	
27	水	＜お別れ会＞バターロールパン・りんごジャム・☆ハンバーグ・たらこスパゲティ 青じそドレサラダ・コーンスープ・いちご	ポーロ バナナ	パフェ	
28	木	☆ハヤシライス・コールスロー・0～2歳切れてるチーズ・3～5歳スティックチーズ・オレンジ	さつま芋のレモン煮	人参ケーキ	
29	金	ご飯・手羽元のすば煮・切干大根サラダ・みそ汁・バナナ	シガーフライ	☆ちんすこう	
30	土	＜卒園式＞肉うどん・キャベツのごま和え・オレンジ	ビスケット りんご		

## ひなまつり

3月3日のひなまつりは、中国の「上巳の節句」が由来とされています。上巳の節句では、厄払いのために川で身を清める習慣がありました。この節句が平安時代に日本に伝わり、紙や草で作った人形に災いを移し、川に流す行事となっていきました。また、紙の人形で遊ぶ「ひいな(雛)遊び」から、飾られるひな人形へと徐々に変化し、江戸時代には女の子の行事として定着していきました。

○ちらし寿司

レンコン「見通しがよい」、えびは「長寿」、錦糸卵は「財宝」など、縁起のよい食材を用いたお寿司です。

○はまぐりのお吸い物

はまぐりは、対になった貝がらがぴったり合わないことから、夫婦円満の象徴とされ、良縁に恵まれる願いが込められています。

○ひなあられ

江戸時代、天気の良い日にひな人形を外に持ち出し、海や野山を見せてあげる「ひなの国見せ」を行う時に食べるお菓子があられだったことが由来とされています。

今月は、もうすぐ卒園するらいおん組の好きなメニューをリクエスト給食として献立に取り入れています。

☆の付いている献立がリクエスト給食になっています。

みんなの好きなメニューを、頑張って作ります。

