

2018年3月 給食予定実施献立

あゆみ保育園

ひな祭り	曜日	乳児(0・1歳) 朝おやつ	昼食	午後 おやつ	あか ちやにくとなる	きいろ ねつやちからになる	みどり ちょうしきととのえる
★	木	ふわふわちつぶ	(ひなまつりらんち) ちらしずし ちくわのいそべあげ いちご はなふのすまじる	ひなあられ ・ かるびす	ちくわ とうふ、はなふ	こめ てんぷらこ	にんじん、ほししいたけ、れんこん、かんぴょう、きぬぎや、のり あおのり いちご しいたけ、みつば
★	金	ぺびーはーす	(ぼかぼかわふうらんち) ●みーとろーふ(みぞれあん) あおなとこののしらあえ はるやさいのみそしる	けーき	とりみんち、ぶたみんち とうふ ぶたにく、みそ	こめ じゃがいも	にんじん、たまねぎ、ひじき だいこん、なのほな こまつな、しいたけ、しめじ、こんにやく にんじん、きやべつ、たまねぎ
3	土		おべんとうもち				
5	月	むらさきいもせんべい	◇いりどり きゅうりのこんぶあえ だいこんのみそしる	みるくばん	とりにく みそ、あぶらあげ	こめ さといも	にんじん、こんにやく、れんこん、ほししいたけ、えだまめ きゅうり、こんぶ にんじん、だいこん、わかめ
6	火	さかなっこ ・ まんまぼんせん	ちやぶちえ ちくわときゅうりのちゅうかあえ ちんげんさいとしいたけのすーぶ	かなつぺ (ちーず) (つなまよ)	ぶたばらにく ちくわ	こめ はるさめ、ごまあぶら ごまあぶら	にんじん、たまねぎ、たけのこ、きくらげ、びーまん きゅうり ちんげんさい、しいたけ、たまねぎ
★	水	りんご	ぶたじゃが ちぐさあえ もやしのみそしる	●まろんけーき	ぶたばらにく あぶらあげ みそ	こめ じゃがいも、しらたき	にんじん、たまねぎ、いんげんまめ にんじん、きやべつ もやし、たまねぎ、ねぎ
8	木	わかめせんべい	●なん きーまかれー まかにさらだ ばなな	とろべー ・ ぱりんこ (乳児:てつしおせんべい)	あいびきみんち、ひよこまめ ろーすはむ	なん かれーるう、じゃがいも まかに、まよどれ	にんじん、たまねぎ、びーまん にんじん、きゅうり ばなな
9	金	ちーず	●みーとすばげてい ●いたりあんさらだ みかん	よーぐると	あいびきみんち	すばげてい まりねどれっしんぐ	にんじん、たまねぎ、びーまん、とまとかん、にんにく れたす、きゅうり、とまと みかん
10	土		おべんとうもち				
12	月	ばなな	◇あげさばのおろしに たけのこのきんぴら はるきやべつのみそしる	わしやあげ	さば かつおぶし みそ	こめ かたくりこ	だいこん、ねぎ、しょうが たけのこ、あかこんにやく にんじん、きやべつ、たまねぎ
★	火	よーぐると	びびんば はるまき わかめすーぶ	●ぶれーんくつきー	ぶたみんち とりみんち	こめ はるまきのかわ、はるさめ、ごまあぶら ごま	にんじん、ほうれんそう、もやし、ぜんまい たまねぎ、きやべつ、たけのこ、にんじん、もやし わかめ
14	水	ふわふわちつぶ	●かれーらいす ふくじんづけ ●すばげていさらだ ●りんご	♪さかなっこ ・ うのはなくつきー	ぎゅうにく、ぎゅうにゅう つな	こめ かれーるう、じゃがいも すばげてい、まよどれ	にんじん、たまねぎ、にんにく、まつしゆるーむ ふくじんづけ にんじん、きゅうり りんご
15	木	かぼちゃぼーろ	●ちやーしゆーめん とうふしゅうまい だいこんときゅうりのちゅうかあえ	●いもようかん	ちやーしゆー とうふ、とりみんち、ぶたみんち	ちゅうかめん かたくりこ、しゅうまいのかわ ごまあぶら	にんじん、きやべつ、もやし たまねぎ、ほししいたけ、しょうが だいこん、きゅうり
★	金	とろべー	(おいわいらんち) ちきんらいす えびかつ さらだ いちご こーんぼたーじゆ	くだものぜりー ●ぶりんあらもーど (らいおん)	とりにく ぎゅうにゅう	こめ えびかつ こーんぼたーじゆのもと	にんじん、たまねぎ、ぐりんびーす、けちやつぶ れたす、きゅうり いちご こーん、ぼせり
17	土		そつえんしき				
19	月	よーぐると	◇さけのしおこうじやき れんこんとひじきのあえもの さつまじる	●ちーずむしばん	さけ あぶらあげ ぶたにく、とうふ、みそ	こめ さつまいも	にんじん、れんこん、ひじき にんじん、だいこん、ねぎ
★	火	ぺびーはーす	ちきんなんばん もやしとそぼろのあえもの やさいのみそしる	(おひがん) きなこおはぎ	とりにく とりみんち あぶらあげ、みそ	こめ まよどれ、かたくりこ	たまねぎ、ぼせり もやし、きゅうり、ぼぶりか にんじん、だいこん、きやべつ
21	水		しゆんぶんのひ				
22	木	むらさきもちつぶ	ろーるばん くりーむしちゆー こーんさらだ ふるーつばんち	まりーびすけつと	とりにく	ろーるばん くりーむしちゆーるう、じゃがいも ふれんちどれっしんぐ	にんじん、たまねぎ、ぐりんびーす にんじん、れたす、きゅうり、こーん ふるーつかん
23	金	さくつとあられ	ぶたばらとこんさいのもの もやしとこまつなのなつどうあえ はくさいのみそしる	びすこ	ぶたばらにく なつどう みそ、あぶらあげ	こめ	にんじん、だいこん、れんこん、ごぼう もやし、こまつな にんじん、はくさい、たまねぎ
24	土		きゅうえんび				
★	月	ばなな	◇いかとやさいのもの あおなとささみのあえもの たまねぎのみそしる	こめぼんぼう (乳児:まんまぼんせん)	いか、ちくわ ささみ みそ、あぶらあげ	こめ さといも	にんじん、だいこん、こんにやく こまつな にんじん、たまねぎ、わかめ
27	火	ちーず	しろみざかなのみそやき こうやどうふのあえもの けんちんじる	いもけんぴ (乳児:むらさきいもせんべい)	しろみざかな、みそ こうやどうふ とうふ、とりにく	こめ さといも、かたくりこ	にんじん、こまつな にんじん、だいこん、ごぼう、ねぎ
28	水	あかちゃんせんべい	かおりごはん(あおじそ) おでん やさいとひじきのしらあえ みかん	とうふどーなつ	ぎゅうすじにく、ういんなー、ちくわ、あつあげ とうふ、みそ	こめ ごま	あおじそふりかけ にんじん、だいこん、こんにやく、こんぶ にんじん、ほうれんそう、しいたけ、ひじき みかん
29	木	いちご	とんてき おんやさい えのきとふのみそしる	みれーびすけつと	ぶたろーす ふ、みそ	こめ かたくりこ じゃがいも	にんじん、ぶろっこりー えのき、ねぎ
30	金	かぼちゃぼーろ	ちくぜんに じゃこときゅうりのすのもの とうふとなめこのみそしる	おまめのばん	とりにく ちりめんじゃこ とうふ、みそ	こめ	にんじん、だいこん、ごぼう、たけのこ、こんにやく、ほししいたけ きゅうり、れたす なめこ、ねぎ

* _____ は、自然食品のお菓子です。

* ♪印がついているメニューは、1・2歳児の配慮をしています。

* 天候の都合により、給食内容が変更になる場合があります。

* ●印は、らいおんさんのリクエストメニューです。

* ★印がついている日は門の横に給食の写真を貼り出しています。

* 生野菜での提供の際には、次亜塩素酸ナトリウムを使用し、殺菌しています。

* ◇印がついている日は、玄米入りご飯です。



早いもので今年度最後の月を迎えます。4月に比べて子どもたちは心も体もひとまわりもふたまわりも大きく成長し、たくましさ頼もしさが備わったように感じます。5歳児さんは卒園を迎えるにあたり、給食にリクエストメニューを盛り込んだのでぜひお楽しみにしてほしいです。

ひなまつりについて



女の子の節句として祝われている「ひなまつり」は、雛人形を飾り、桃の花、白酒、菱餅・あられなどを供える習慣があります。ひなまつりの起源は、季節の節目や変わり目に災難や厄から身を守り、よりよい幕開けを願うための節句が始まります。

ひなまつりの由来

ひなまつりの始まりは、2つの行事が結びついています。1つ目は、貴族階級の子女が、御殿や飾り付けをして遊ぶことで、健康と厄除を願った「雛あそび」。2つ目は、和紙で作った人形に災いを託して川や海に流して災厄をはらう民俗行事の「流し雛」。宮中から庶民の間に広まる間に結び付き、発展して「ひな祭り」になりました。

ひなまつり 行事食について



ひなあられ



昔は、雛人形に春の景色を見せてあげる「ひなの国見せ」という風習があり、ごちそうと共に「ひなあられ」を持って出かけたといわれています。

菱餅



色の意味にはいくつかの説ありますが、緑が「健やかな成長」、白が「子孫繁栄と純潔」、桃色が「魔よけ」を意味するという説が一般的です。

蛤のお吸い物



はまぐりの貝殻は対になっていないとぴったりと合わないことから、「一生を一人の人と添い遂げられるように」という願いが込められています。

ちらし寿司

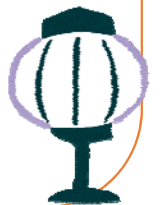


「えび」は、その見た目から腰が曲がるまで長生きするように、「れんこん」は、穴が開いていることから将来の見通しがきくように、「豆」には、まめに働き、まめに生きるようにといった願いが込められています。

白酒



桃は古くから邪気を祓い、気力と体力の充実をもたらすとされており、薬酒として中国から伝えられました。



今月のメニューより



★給食★3月8日

キーマカレー

(4人分)	
★合挽ミンチ	300g
★ひよこ豆	1缶
★じゃが芋	2個
★人参	1/2本
★玉ねぎ	1個
★ピーマン	4個
★カレールウ	1/2箱
★水	300cc



- ①じゃが芋、人参、玉ねぎ、ピーマンをみじん切りにする
- ②フライパンに油をひき、合いびき肉を炒めそこに人参、玉ねぎ、ピーマンを入れ炒める
- ③野菜がしんなりしたら、少量水を入れる
- ④③にひよこ豆、じゃがいもを煮る
- ⑤カレールウを入れ、混ぜる

★おやつ★3月13日

プレーンクッキー

(4人分)	
★薄力粉	120g
★砂糖	40g
★無塩バター	60g
★バニラエッセンス	少々



- ①バターを常温に戻す
- ②全ての材料を混ぜ合わせ、筒状に成形し冷蔵庫で冷やす
- ③切りやすい固さになれば、厚さ1cm弱くらいにカットし、170℃で焼く

2018年春のお彼岸は 3月18日(日)彼岸入り 3月21日(水・祝)中日(春分の日) 3月24日(土)彼岸明



お彼岸は春彼岸と秋彼岸と年に2回、合計7日間あります。3月の春分の日9月の秋分の日前後3日間を言います。ご先祖様がいる世界と私たちがいる世界が1年のうちで一番近づく日です。自分たち人間が今生きているのはご先祖様のお陰であり、その感謝の気持ちを込めて彼岸(天国)にいるご先祖様に伝えようということで、お彼岸の習慣が始まりました。

お彼岸の日には・・・

- ★お墓参りに行きます。
- ★お彼岸には仏壇、お墓のお掃除とお供え物(牡丹餅、おはぎ)を用意します。

