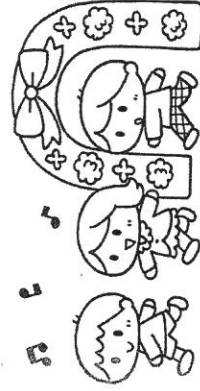
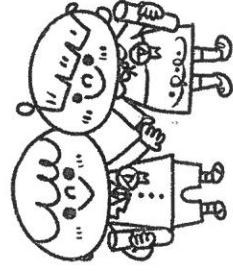


3月 Hot Lunch

二葉幼稚園

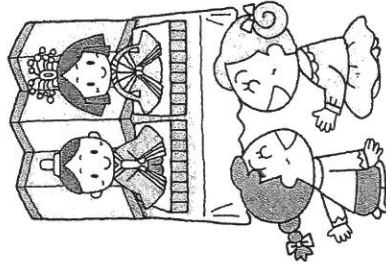


献立名	1日(水)	2日(木)	3日(金)
赤	あぶ玉 塩きゅうり お汁 卵 油あげ	マカロニイタリアン ウインナー 牛乳 豚ひき肉 ウインナー 牛乳	ちらし寿司 お吸い物 卵 かまぼこ 油あげ 鮭水煮 任詰 ひじき
緑	玉ねぎ 人参 きゅうり 小松菜 しめじ じゃがいも サラダ油	キャベツ 玉ねぎ 人参 ケチャップ トマトピューレ ペンネマカロニ サラダ油	菜の花 奈良漬 米 あられ麩 サラダ油
黄			
献立名	7日(火)	8日(水)	9日(木)
赤	大根のいため煮 ソーセージ油焼き 牛乳 豚肉 ソーセージ ちくわ 牛乳	八宝菜 シューマイ お汁 豚肉 えび いか わかめ	炒り豆腐 ナムル 牛乳 豚ひき肉 絞り豆腐 卵
緑	さばの味噌煮 酢の物 肉野菜汁 さば わかめ 豚肉 豆腐 キャベツ きゅうり 玉ねぎ 人参 もやし 白滝 じゃがいも	白菜 玉ねぎ 人参 しいたけ もやし 竹の子 えのき茸 小麦粉 サラダ油	玉ねぎ 人参 ほうれん草 ブロッコリー トマト じゃがいも 小麦粉 サラダ油
黄			
献立名	13日(月)	14日(火)	15日(水)
赤	ひじきの煮つけ プチトマト お汁 豚肉 油あげ ひじき 大豆水煮	ポテトサラダ ゆで卵 牛乳 ハム 卵 牛乳	お楽しみランチ お汁 豚肉 ハム 卵 わかめ 豆腐
緑	人参 白滝 干しいたけ 白菜 プチトマト	キャベツ きゅうり 人参 りんご	きゅうり えのき茸
黄	シエルマカロニ サラダ油	じゃがいも 小麦粉 サラダ油	じゃがいも サラダ油



ひなまつりのいわれ

五節供のうち「上巳」と呼ばれる3月3日は、桃の花が咲く季節であることから、「桃の節供」とも呼ばれています。ひな祭りは、平安時代の貴族子女のひな遊びや、江戸時代の庶民の人形遊びが、上巳の節句と結び付いて行事となったものです。紙製の小さな人の形にけがれを移し、川や海に流して子どもたちの災厄をはらうようにもなり、今でも「流し雛」が各地で行われています。



ひなまつりにまつわる食べもの

桃 桃には魔除けの力があるという中国伝来の考え方がありました。桃の花を愛で、桃の花を浮かべた酒を飲み、桃の葉を入れたお風呂に入って無病息災を願いました。
白酒 桃のお酒と合わせて紅白として、祝福をあらわしているといわれます。
菱餅 いにしへの健康食品だったといわれています。

- 紅 くちなしが含まれていて解毒作用があります。
- 白 白い菱の実に血圧降下作用があります。
- 緑 (よもぎもち) 造血作用があります。花の赤、雪の白、新しい芽の緑という春をあらわす意味があるともいわれます。

ひなあられ お米を蒸して乾燥させたものを煎ってふくらませ、食用の色粉などで色をつけたものです。主に桃色、緑色、黄色、白の4色で、それぞれ四季をあらわしているといわれ、1年を通じて健康でいられますように、という願いがこめられています。

