

令和6年3月分 幼保連携型認定こども園 瑠璃よこはまこども園 予定献立表

ひなまつり<3月3日>

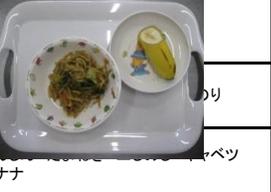
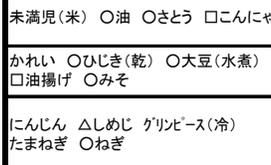
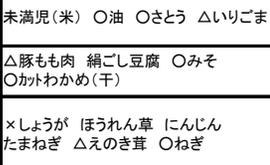
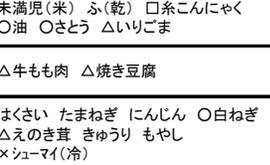
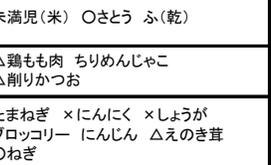
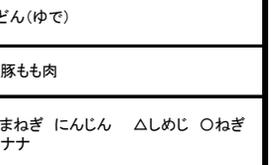
女の子の節供として祝われている「ひなまつり」は、ひな人形を飾り、桃の花、白酒、菱餅、ひなあられなどを供えます。その始まりは中国で、3月の最初の巳（み）の日に身を清め厄除けをする風習がありました。

「形代（かたしろ）」として身代わりの小さな人形をつくり、その人形に、感謝と供養の気持ちを込めてごちそうをするようになったのが、ひなまつりの始まりとされています。



※献立名の下の3つの枠は上段が熱や力になるもの、中段が血や肉・骨をつくるもの、下段が体の調子を整えるものです。
 ※離乳食に使用している食品の区分表示 無印・・・生後5～6カ月頃・○・・・生後7～8カ月頃・△生後9～11カ月頃・□・・・生後12～18カ月頃・×・・・使用しない
 ※手作りおやつは予定ですので変更になる場合があります。また仕入れの都合上、食材の変更がある場合があります。



月	火	水	木	金	土	
<p>ひなまつりにまつわる食べもの 桃：中国伝来の思想として、桃には魔よけの力があるという考えがありました。桃の花を愛で桃の花を浮かべた酒（桃花酒）（とうかしゅ）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：江戸中期からは、白酒が好んで飲まれるようになりました。菱餅：赤いもちにはクチナシ、白いもちには菱、緑のもちにはよもぎが使用され、厄除けや健康長寿を願いました。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。</p>			<p>旬の食材 さわら 帆立貝 しんこいかなごのきぎ煮 キャベツ アスパラガス なら 菜の花 わかめ いちご</p>		<p>1 青椒肉絲(チンジャオロースー) かぼちゃ挽肉サントフライ 豆腐のスープ</p> 	<p>2 にゅうめん バナナ</p> 
<p>4 さばのみそマヨ焼き キャベツと油揚げの和え物 すまし汁(卵豆腐)</p> 	<p>5 八宝菜 はんぺんのハンバーグ風 ひじきの華風あえ</p> 	<p>6 遠足 お弁当</p>	<p>7 姫路風おでん ほうれん草とえのきの和物 ホイルソーセージ</p> 	<p>8 鶏肉のマーマレード焼き さつま芋サラダ キャベツのスープ 洋梨のクラフティー</p> 	<p>9 パン・ジュース・バナナ</p>	
<p>11 白身魚のパン粉焼き ブロッコリーのゴママヨネーズ和え 卵とトマトのスープ</p> 	<p>12 誕生日会 ちらしずし すまし汁 ケーキ</p> 	<p>13 豚肉のスタミナ焼き フライドポテト 豆乳コーンスープ レモンドレッシング</p> 	<p>14 干草焼き 白菜のごまあえ みそ汁(もずく)</p> 	<p>15 鶏肉のから揚げ ゆかりきゅうり カレーシチュー</p> 	<p>16 焼そば バナナ</p> 	
<p>18 酢豚 オムレツ わかめスープ</p> 	<p>19 カレイの塩焼き れんこんのきんぴら かぼちゃのみそ汁</p> 	<p>20 春分</p> 		<p>21 ちゃんちゃん焼き すまし汁(そうめん) 金時豆 ぼたもち</p> 	<p>22 ハヤシシチュー ミニコロッケ ほうれん草の和風サラダ</p> 	
<p>25 チキンキャットラ(鶏煮込み) マカロニサラダ かぶのスープ</p> 	<p>26 きすの磯辺揚げ きゅうり・わかめの甘酢和え みそ汁(油揚げと豆腐)</p> 	<p>27 肉じゃが チャプチェ ブロッコリーのおかか和え</p> 	<p>28 回鍋肉(ホイコーロー) ナムル すまし汁(きのこ)</p> 	<p>29 豆腐とほたてのトトロ煮 とり天 ゆかりきゅうり</p> 	<p>30 イタリアンスパゲティー バナナ</p> 	
<p>4月1日 カレイの塩焼き ひじき大豆 みそ汁(たまねぎ)</p> 	<p>4月2日 豚肉のしょうが焼き ほうれん草のごまみそあえ すまし汁(豆腐)</p> 	<p>4月3日 すき焼き風煮 きゅうりの甘酢あえ 蒸しシューマイ</p> 	<p>4月4日 入園進級式 スタミナチキン ブロッコリーのしらすあえ すまし汁(ふ)</p> 	<p>4月5日 肉うどん バナナ</p> 	<p>このマークの日は 手作りおやつです。</p> 	
未満児(米) ○油 ○さとう ロこんにゃく	未満児(米) ○油 ○さとう △いりごま	未満児(米) ふ(乾) □糸こんにゃく ○油 ○さとう △いりごま	未満児(米) ○さとう ふ(乾)	うどん(ゆで)		
かれい ○ひじき(乾) ○大豆(水煮) □油揚げ ○みそ	△豚もも肉 絹ごし豆腐 ○みそ ○かつわかめ(干)	△牛もも肉 △焼き豆腐	△鶏もも肉 ちりめんじゃこ △削りかつお	△豚もも肉		
にんじん △しめじ グリンピース(冷) たまねぎ ○ねぎ	×しょうが ほうれん草 にんじん たまねぎ △えのき茸 ○ねぎ	はくさい たまねぎ にんじん ○白ねぎ △えのき茸 きゅうり もやし ×シューマイ(冷)	たまねぎ ×にんにく ×しょうが ブロッコリー にんじん △えのき茸 ○ねぎ	たまねぎ にんじん △しめじ ○ねぎ バナナ		