

# 令和7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











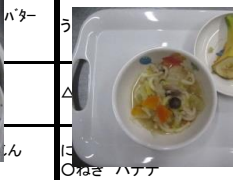










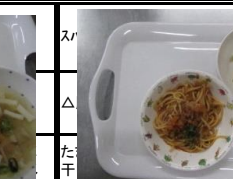

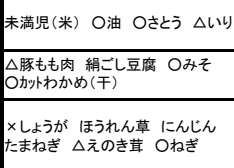
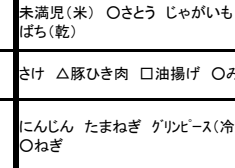
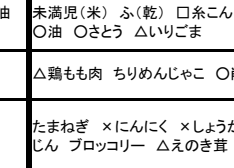
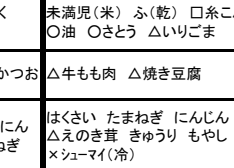

## ひなまつり

3月3日はひなまつりです。女の子の節供として祝われている「ひなまつり」は、「ひな節供」、「桃の節供」とも呼ばれ、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作り、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、まつりの始まりとされています。



### 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。菱餅やひなあられに見られる白・緑・桃の三色はそれぞれ、雪の大地(白)、木々の芽吹き(緑)、生命(桃)を表しており、この3色のお菓子を食べることで自然のエネルギーを授かり健やかに成長できると考えられています。

月	火	水	木	金	土	
<p>備えていますか？備蓄食品</p> <p>備蓄食品を選ぶのに迷ったときは、普段の食品を少し多めに買い置きしてはどうですか。スパゲティやツナ缶、フルーツ缶などは園でも</p>			<p>旬の食材</p> <p>さわら 帆立貝 しんこ いかなごき煮 キャベツ アスパラガス にら 菜の花 わかめ いちご</p>		<p>1</p> <p>にゅうめん バナナ</p> 	
<p>3</p> <p>カレーの塩焼き れんこんのきんぴら かぼちゃのみそ汁</p> 	<p>4</p> <p>豚肉のスタミナ焼き フライドポテト 豆乳コーンスープ</p> 	<p>5</p> <p>あじの咖喱マヨ焼き ブロッコリーの塩昆布あえ みそ汁(さつまいも) レモンマ</p> 	<p>6</p> <p>八宝菜 はんぺんのハンバーグ風 ひじきの華風あえ</p> 	<p>7</p> <p>遠足 お弁当</p>	<p>8</p> <p>パン・ジュース・バナナ</p>	
<p>10</p> <p>酢豚 オムレツ わかめスープ</p> 	<p>11 誕生日会</p> <p>ちらしずし みそ汁(なす) ケーキ</p> 	<p>12</p> <p>鶏肉のマーメイド焼き さつま芋サラダ 白菜のスープ 洋梨の</p> 	<p>13</p> <p>姫路風おでん ほうれん草とえのきの和物 ポイルソーセージ</p> 	<p>14</p> <p>ちゃんちゃん焼き すまし汁(そうめん) 金時豆</p> 	<p>15</p> <p>煮込みうどん バナナ</p> 	
<p>17</p> <p>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>18</p> <p>鶏肉のから揚げ マカロニサラダ カレーシチュー</p> 	<p>19</p> <p>千草焼き 白菜のあえもの みそ汁(もずく) ぼたもち</p> 	<p>春分</p> 		<p>21</p> <p>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>22</p> <p>パン・ジュース・バナナ</p>
<p>24</p> <p>チキンチャットー(鶏煮込み) マカロニサラダ かぶのスープ</p> 	<p>25</p> <p>豆腐とほたてのトトロ煮 とり天 ゆかりきゅうり</p> 	<p>26</p> <p>肉じゃが チャブチェ ブロッコリーのおかか和え</p> 	<p>27</p> <p>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>28</p> <p>回鍋肉(ホイコーロー) ナムル すまし汁(きのこ)</p> 	<p>29</p> <p>ミートスパゲティー バナナ</p> 	
<p>31</p> <p>カレーのゆず風味 ひじき大豆 みそ汁(たまねぎ)</p> 	<p>4月1日</p> <p>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2日</p> <p>さけの照り焼き じゃが芋のそぼろ煮 みそ汁(ばち)</p> 	<p>4月3日</p> <p>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4日</p> <p>すき焼き風煮 きゅうりの甘酢あえ 蒸しシューマイ</p> 	<p>このマークの日は 手作りおやつです。</p> 	

※献立名の下に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もあります。また仕入れの都合上、食材の変更がある場合があります。ご了承ください。