

日	曜日	昼食献立名		午後おやつ 献立名	ひとくちメモ 今日の献立															
		乳児 乳児・幼児	主食 副食																	
1 ・ 15	水	ごはん 魚の重ね煮 ほうれん草の海苔和え きんぴらごぼう 味噌汁 くだもの		お茶 あんかけ焼きそば お茶 ミートソース	<h2 style="text-align: center;">1年間を振り返って</h2> <p>食事は、栄養をとるだけのものではなく、子どもの五感や食べる意欲を育てます。いろいろな食べものに出会い、お友だちと食事を楽しむことができました。この1年の間で子どもたちは心も身体も大きく成長しました。</p> <p style="text-align: center;"><b>3月3日は ひなまつり</b></p> <p>「桃の節句」としてひな人形を飾り、ひし餅をお供えし、ひなあられを食べますが、何色ものきれいな色には意味があります。</p> <p><b>ひし餅</b> 緑の草餅は「春の芽吹き」、白の餅は「雪の白」、赤(桃)の餅は「花の赤」を示しています。</p> <p><b>ひなあられ</b> 春夏秋冬を「赤(桃)・緑・黄・白」で表しています。</p> <p style="text-align: center;"><b>春のお彼岸</b></p> <p>お彼岸には、先祖の供養にぼたもちをお供えして食べる風習があります。保育園では16日のおやつに黒胡麻ときな粉の2色のぼたもちを取り入れました。</p> <p style="text-align: center;"><b>春の訪れ</b></p> <p>春を感じる旬の食材を取り入れました。</p> <p>【魚】 さわら・ぶり・しらす 【野菜】 白菜・キャベツ・ブロッコリー・ほうれん草・小松菜 【果物】 清見柑・はっさく・伊予柑</p> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 45%;"> <p><b>献立レシピの紹介</b></p> <p style="font-size: 2em; font-weight: bold; text-align: center;">さわらの 香味焼き</p> </div> <div style="width: 45%;"> <p style="font-size: 1.5em; font-weight: bold;">&lt;材料&gt;4人分</p> <table border="0"> <tr><td>さわら</td><td>4切れ</td></tr> <tr><td>生姜汁</td><td>少々</td></tr> <tr><td>長ねぎ</td><td>1本</td></tr> <tr><td>白胡麻</td><td>4g</td></tr> <tr><td>しょうゆ</td><td>小さじ2</td></tr> <tr><td>みりん</td><td>小さじ1</td></tr> <tr><td>油</td><td>小さじ1</td></tr> </table> </div> </div> <p style="text-align: center;"><b>&lt;作り方&gt;</b></p> <p>① さわらは流水で洗い、水切りする。 生姜汁・みじん切りにした長ねぎ・白胡麻・しょうゆ・みりんを合わせたたれで下味をつける。</p> <p>②油を敷いたフライパンに①の魚を並べ、焼く。</p>		さわら	4切れ	生姜汁	少々	長ねぎ	1本	白胡麻	4g	しょうゆ	小さじ2	みりん	小さじ1	油	小さじ1
さわら	4切れ																			
生姜汁	少々																			
長ねぎ	1本																			
白胡麻	4g																			
しょうゆ	小さじ2																			
みりん	小さじ1																			
油	小さじ1																			
2	木	ごはん 焼き肉 ナムル(お誕生日会) カレーポテト 味噌汁 くだもの		牛乳 マーレードケーキ																
3	金	ちらしずし からあげ お浸し(ひなまつり) さつま芋の甘煮 清汁 くだもの		お茶 3色ゼリー ひなあられ																
4 ・ 18	土	ごはん 五目豆 白菜サラダ ひじきの炒り煮 味噌汁 くだもの		牛乳 アンパンマンせんべい マンナビスケット																
6 ・ 29	月 ・ 水	カレー(ライス) フレンチサラダ くし型トマト くだもの		牛乳 グレーゼリー クラッカー																
7 ・ 21	火	ごはん 魚の香味焼き スピナチサラダ 切干大根の煮物 味噌汁 くだもの		牛乳 黄名粉あげパン 牛乳 シュガートースト																
8 ・ 22	水	豚肉のすき焼き丼 スパゲティーサラダ 野菜ソテー 味噌汁 くだもの		のむヨーグルト さつまいもクッキー のむヨーグルト 手作りクッキー																
9 ・ 23	木	ロールパン ポークチャップ 野菜スティック 白菜スープ くだもの		お茶 カレーピラフ お茶 野菜ピラフ																
10 ・ 31	金	ごはん 干草焼き れんごんのきんぴら 三色おひたし 味噌汁 くだもの		お茶 肉みそうどん お茶 きつねうどん																
11 ・ 25	土	ごはん 豚だごん 春雨サラダ 煮びたし 味噌汁 くだもの		牛乳 ぼたぼた焼き マリービスケット																
13 ・ 27	月	ごはん 和風ハンバーグ ブロッコリーの中華和え 野菜の炒り煮 清汁 くだもの		牛乳 手作りポップコーン 星たべよ 多文化メニュー																
14 ・ 28	火	ジャムパン/はちみつサンド 米粉豆乳グラタン チンゲン菜のソテー コーン入り野菜スープ くだもの		お茶 手作りふりかけごはん お茶 鶏ごぼうごはん																
17	金	ごはん レバーのカレー揚げ じゃがいもの磯和え ひじきの胡麻和え 味噌汁 くだもの		牛乳 ロールケーキ																
16 ・ 30	木	煮込みうどん 鶏肉のコーンフ레이크焼き いんげんの胡麻和え くだもの		お茶 ぼたもち お茶 まぜご飯																
24	金	お別れ会(行事食)																		