



給食だより

2023年3月号

HAGUMI
共に明日を育み(菜組)ます



今年度も最後の月となりました。あとひと月するとみなさんは、進級・卒園ですね。年長さんにとっては、みんなで食べる残りわずかな給食の時間、楽しく過ごしてもらいたと思っています。3月もたくさん食べて、もうすぐやってくる進学・進級の季節を元気に迎えてくださいね。



3月3日は桃の節句「ひなまつり」です



ひな祭りは貴族の女の子の厄除けと健康祈願のお祝いとして「桃の節句」が庶民の間に定着していったお祝いです。お雛さまは女の子に降りかかる災厄を代わりに引き受けてくれる守り神のようなものです。その人形に、感謝と供養の気持ちを込めてごちそうするようになったのが、祭りのはじまりとされています。3月3日にはひな祭りにちなんだお祝いの食事はいかがですか？

ひなまつりに関わる食事

ちらし寿司

ひな祭りに食べられるようになったのは、最近のことです。ちらし寿司のエビには「長生き」、れんこんには「見通しが利く」、豆には「健康でまめに働ける」という縁起かつぎがあります。



ひなあられ

関東地方では米粒形のボン菓子、関西地方では丸形のあられと、味や形が異なります。春夏秋冬を表す「桃・緑・黄・白」の4つの色が付けられているのが特徴で、1年の四季を通じて健康でいられますようにという願いが込められています。



はまぐりのお吸い物

はまぐりは、ついになっている貝殻ではないと形がぴったり合わないため、「将来、良い相手と出会って幸せになれるように」という願いを込めて使われています。



ひしもち

厄を払うとされる「よもぎ」入りの草もちをひし形にしたのが始まりとされています。春の景色を表す「桃・白・緑」の三色が使われることが多く、桃色は「健康の祝い」、白色は「清浄の表し」、緑色は「春先の芽吹き」から「もえる若草」をたとえているといわれています。



春分の日

今年の春分の日は3月21日です。

昼と夜の長さがほぼ同じになる日であり、春分が過ぎると、昼の方が夜よりも長くなっています。そのため、春の訪れを祝う日でもあります。

春分の日はお彼岸の中日でもあるため、ぼたもちをお供えしたり、食べたりする風習があります。ぼたもちは「牡丹餅」と書き、「牡丹」は春の花を指しています。餅は、五穀豊穡を願うために、小豆は魔除けの象徴として食べられるようになりました。

簡単おやつレシピ

【豆乳もち】

《つくりかた》

1. 鍋に調整豆乳を入れ、砂糖と片栗粉をとかし、弱火にかける。
2. 片栗粉が固まってくるまで混ぜながら火にかける。
3. 固まったらバットに流し、一口大の大きさに切り、砂糖・塩を混ぜ合わせたきな粉をまぶす。

《ざいりょう》

豆乳 300ml 砂糖 大さじ3
片栗粉 大さじ5
【きな粉 大さじ5
砂糖 大さじ2
塩 少々】

