



給食だより



今年度もあと1か月になり、寒さも少し和らぎ始めるとともに春の訪れを感じるようになってきました。この季節になると卒園や進級などお子さまの成長をより実感されることも多いのではないのでしょうか。また季節の変わり目とともに体調も崩れやすくなりますので、気を付けていきましょう。

3月3日はひなまつり



ひなまつりは「桃の節句」とも呼ばれ、雛人形を飾って女の子の健やかな成長を願う行事です。桃の節句」とも呼ばれるようになったのは、旧暦の3月3日ごろに桃の花が咲き、桃に魔除けや不老長寿の力があると信じられていたことが理由です。「また雛人形は女の子に降りかかる災いを引き受けてくれると考えられており、雛人形を飾ることで子どもの健やかな成長や将来の幸福を願ったといわれています。

ちらし寿司

えびは「長寿」、れんこんは「先を見通す」など縁起が良い食べ物が使われています。



ひなあられ

ピンク、緑、白、黄色の4色で四季を表し、一年中幸せに過ごせるようにとの願いがあります。



ひし餅

緑は健康や長寿、白は清潔や清浄、ピンクは魔除けや厄払いの意味を表します。



簡単おやつレシピ【きな粉蒸しパン】

3月は年長さんのリクエスト給食があります。たくさん食べて楽しい給食の時間を過ごしましょう！



《ざいりょう》

- ・ホットケーキミックス 100g
- ・牛乳 100ml
- ・油 大さじ1強
- ・きな粉 大さじ3
- ・砂糖 大さじ2強
- ・ベーキングパウダー 1.3g



《つくりかた》

1. ボウルに牛乳・油・砂糖を入れよく混ぜ合わせる。
2. そこにホットケーキミックス・きな粉・ベーキングパウダーも加え粉っぽさがなくなるまで混ぜる。
3. 型に生地を6~7分目くらいまで流し込む。
4. 蒸し器で火が通るまで蒸す。