

日	曜日	こんだてめい		おもなざいりょうとはたらき				
		しゅしょく	ふくしょく	体をつくるもと		体のちょうしをととのえるもと	エネルギーのもと	
				たんぱく質	むきしつ 無機質	ビタミン	たんすいかぶつ 炭水化物	しつ 脂質
		★ひなまつり献立★		3月3日「桃の節句」…「ひな祭り」ともいいます。子どもの健やかな成長と幸せを願う行事です。				
2	月		花形ハガ-グ おろしソース はなふのすまし汁 三色ごま和え ももゼリー	とり肉 ぶた肉 花ふ かまぼこ		こまつな にんじん ほうれんそう	だいこん レモン汁 しめじ ねぎ もやし 玉ねぎ	砂糖 ゼリー ごま
3	火	ちゅうかめん	春巻き ちゃんぽんスープ グリーンサラダ（ドレッシング）	ぶた肉 いか えび かまぼこ		にんじん ブロッコリー	たけのこ ねぎ キャベツ コーン もやし 玉ねぎ しいたけ	中華麺 小麦粉 春雨 でん粉 砂糖 米粉 油 ドレッシング
4	水		あじの揚げ煮 中華風コーンスープ チンジャオオロスー  ★かみかみ献立★ よくかんで食べよう	あじ とうふ ぶた肉 豆乳		ピーマン	玉ねぎ コーン たけのこ	でん粉 砂糖 ごま油 油
5	木		ぶた肉のオニオンソース焼き とうふのみそ汁 和風サラダ いちご	ぶた肉 とうふ 油揚げ みそ	のり	にんじん ほうれんそう	玉ねぎ りんご えのきたけ いちご ねぎ	でん粉 砂糖 油
6	金		トマトオムレツ ハヤシルー キャベツとブロッコリーのマヨサラダ	とり肉 ぶた肉 かつお節 卵	スライス	にんじん ブロッコリー トマト	玉ねぎ マッシュルーム グリーンピース カリフラワー キャベツ	生クリーム 油 マヨネーズ ドレッシング
9	月	卒園式前日準備のため給食はありません  						
10	火	卒園式のため給食はありません  						
11	水		チーズ入りかまぼこの天ぷら ビーフカレー ブロッコリーとカリフラワーのサラダ （マヨネーズ）	かまぼこ 牛肉	スライス チーズ	にんじん ブロッコリー	玉ねぎ セロリ カリフラワー	小麦粉 じゃがいも でん粉 砂糖 油 マヨネーズ
12	木	大栄みらい学園卒業式のため、給食はありません  						
13	金		五目ごはんの具 大栄みそ汁 きよみオレンジ	とり肉 油揚げ ぶた肉 みそ 卵		にんじん	しいたけ ごぼう 玉ねぎ ねぎ 枝豆 きよみオレンジ	砂糖 さつまいも でん粉 油 ごま
16	月		千葉県産いわしのねぎソースがけ だいこんとぶた肉のみそ汁 のりマヨサラダ 千葉にんじんゼリー	いわし 油揚げ ぶた肉 とうふ みそ	牛乳 のり	にんじん ほうれんそう	ねぎ だいこん キャベツ れんこん	米 砂糖 ゼリー  でん粉 油 ごま油 ごま ドレッシング
17	火		カレーミート ABCスープ ポテトサラダ	ぶた肉 とり肉 大豆 ウインナー	粉チーズ	にんじん ピーマン パセリ	玉ねぎ キャベツ マッシュルーム 枝豆	小麦粉 マカロニ じゃがいも 油 ドレッシング マヨネーズ
18	水	ふりかけ	手づくりさばのみそ煮 すまし汁 こまつなのいそかあえ	さば みそ とうふ かつお節 とり肉	のり	ほうれんそう にんじん こまつな	しょうが ねぎ しいたけ もやし	砂糖

★献立は食材購入の都合により、変更となる場合があります。

ひなまつり、うんちくばなし

3月3日は桃の節句、ひなまつりです。ひなまつりにちなんだ食べ物について紹介します。

**ひしもち、ひなあられ**



赤は桃の花の色で魔よけ、白は雪で清らかさ、緑は大地を表し、健康を願うといわれます。また3色で春の到来を表すともいわれます。

**ちらしずし**



女の子のお祭りにぴったりな華やかな料理です。縁起のよい食べ物をふんだんに具に使うことで将来の健康と幸福を願います。

**うしお汁**

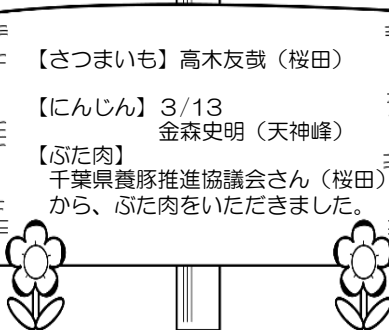


はまぐりの貝がらは、同じ貝としかびつたり合わないことから、「よいパートナーに恵まれて幸せになるように」と願います。

**白酒**



「桃花酒」ともい、厄を払うとされます。お酒なので子どもは飲めません。アルコール分のない甘酒やカルピスにしましょう。



【さつまいも】高木友哉（桜田）  
【にんじん】3/13  
金森史明（天神峰）  
【ぶた肉】  
千葉県養豚推進協議会さん（桜田）  
から、ぶた肉をいただきました。