



3月こんだて



愛徳幼稚園

かほく食品

3月3日は「桃の節句」です。
川辺で身を清めて災いを払う中国の風習がはじまりで、江戸時代に女の子の誕生と成長を祝う雛祭りに発展しました。
お雛様にひし餅、白酒などを加えて、ちらしずしやハマグリのお吸い物をつくって祝うようになったのはこの頃からのようです。

月	火	水	木	金
熱量 426 kcal 蛋白質 12.4 g 脂質 11.7 g				1日 △○○ちらし寿司 ◎梅しそ竜田揚げ ◎すまし汁 ◎ミニゼリー
4日 △ごはん ○豚の生姜炒め ○にんじんさつま ◎ごまマヨ和え ◎みそ汁	5日 △ごはん ○タンドリーチキン ◎カットコーン ◎野菜炒め ◎みそ汁	6日 △味付けロール △○○クリームシチュー ○ヒレカツ ◎フルーツ	7日 △チキンカレー ○フロッキーのツナマヨ和え ○チーズ ◎お誕生日ケーキ	8日 △ごはん ○マーボー春雨 ○揚げ餃子 ◎ナムル ◎中華スープ
11日 △そぼろ丼 ○春巻き ◎フルーツミックス	12日 △ナカタのパン △○○ハンバーガー ◎フライドポテト ◎スープ ◎フルーツポンチ	13日 △○○カレースパゲティ ○ささみ大葉フライ ◎オレンジ	14日 △ごはん ○魚の塩焼き ◎ひじき煮 ◎みそ汁 ◎ミニゼリー	15日 △ごはん ○すき焼き煮 ○干草和え ◎みそ汁
18日 △ごはん ○かぼちゃひき肉フライ ○カットコーン ◎フルーツヨーグルト ◎みそ汁	19日 △○○ラーメン ○しゅうまい ◎春雨の中華和え	20日 春分の日	21日 △ごはん ○魚の照り焼き ◎豆乳入りしんじょ(木の葉型) ◎いんげんソテー ◎すまし汁	22日 △ごはん ○コロケ ◎いんげんちぎり揚げ ◎パンサンデー ◎すまし汁
25日 △ごはん ○豚肉のスタミナ炒め ○チーズ ◎ひじきサラダ ◎みそ汁	26日 △ごはん ○赤魚の煮 ○高野の煮 ◎甘酢和え ◎みそ汁	27日 △○○ミートスパゲティ ◎かぼちゃサラダ ◎りんご	28日	29日

△熱や力になるもの ○血や肉になるもの ◎体の調子を整えるもの

※材料入荷の都合により、献立を変更する場合がありますのでご了承ください。