



月	火	水	木	金	土	
<p>◆ひな祭りって何？</p> <p>ひな祭りは女の子が無事に大きくなって元気でいられますようにとお願いする特別な日です。 ひな人形は、みんなの身体についている悪いものをもらって来て元気に過ごすために飾ります。 3月3日はかわいくきれいに飾ったひな人形や桃の花を見て菱餅、ひなあられ、ちらし寿司など食べてお祝いしましょう。</p>					<p>1</p> <p>菜の花ごはん 鶏肉のオレンジ焼き キャベツと春雨のスープ</p> <p>《3時のおやつ》 さくらもち・牛乳</p> <p><10時のおやつ> 果物・牛乳</p>	<p>2</p> <p>二ろと厚揚げのあんかけ丼 はんぺんとえのきのスープ 果物 十六穀米</p> <p>《3時のおやつ》 フレンチパピロ・牛乳</p> <p><10時のおやつ> シスコーン・牛乳</p>
<p>4</p> <p>厚揚げの味噌煮 カマボコと胡瓜の酢の物 果物 十六穀米（ごま塩）</p> <p>《3時のおやつ》 ココナッツサブレ・牛乳</p> <p><10時のおやつ> エイセイポーロ・牛乳</p>	<p>5</p> <p>ふわふわミルクオムレツ さつま芋の洋風スープ いりこのぎすけ煮 十六穀米</p> <p>《3時のおやつ》 ピーチゼリー・牛乳</p> <p><10時のおやつ> 果物・牛乳</p>	<p>6</p> <p>ポークビーンズ 野菜のサワー漬け 果物【セレクト】 十六穀米（のり佃煮）</p> <p>《3時のおやつ》 マフィン・牛乳</p> <p><10時のおやつ> チーズ・牛乳</p>	<p>7</p> <p>魚のゴマソースかけ 酸辣湯 ヤクルト 十六穀米</p> <p>《3時のおやつ》 ピザトースト・牛乳</p> <p><10時のおやつ> 果物・ヤクルト・お茶</p>	<p>8</p> <p>南瓜のカレー マカロニサラダ 十六穀米</p> <p>《3時のおやつ》 ヨーグルト・バナナ・牛乳</p> <p><10時のおやつ> 黒棒・牛乳</p>	<p>9</p> <p>焼うどん 玉葱と豆腐の味噌汁 果物</p> <p>《3時のおやつ》 ぼたぼた焼き・牛乳</p> <p><10時のおやつ> ビスケット・牛乳</p>	
<p>11</p> <p>お弁当の日 </p> <p>《3時のおやつ》 遠足おやつ・野菜ジュース</p> <p><10時のおやつ> 丸ぼうろ・牛乳</p>	<p>12</p> <p>柳川風煮 ツナサラダ 果物 十六穀米</p> <p>《3時のおやつ》 黄粉トースト・牛乳</p> <p><10時のおやつ> チーズ・牛乳</p>	<p>13</p> <p>魚のピザソース焼き ポテトスープ 十六穀米（ゆかり）</p> <p>《3時のおやつ》 リンゴ入り蒸しケーキ・牛乳</p> <p><10時のおやつ> シスコーン・牛乳</p>	<p>14</p> <p>豆腐と挽肉の味噌煮 中華風酢の物 いりこ 十六穀米（わかめ）</p> <p>《3時のおやつ》 バウムクーヘン・牛乳</p> <p><10時のおやつ> 果物・牛乳</p>	<p>15</p> <p>竹輪の磯辺揚げ 沢煮椀 果物 十六穀米（しらす）</p> <p>《3時のおやつ》 プリン・牛乳</p> <p><10時のおやつ> クラッカー・牛乳</p>	<p>16</p> <p>親子丼 もやしとハムのスープ 果物 十六穀米</p> <p>《3時のおやつ》 かりんとう・牛乳</p> <p><10時のおやつ> ウエハース・牛乳</p>	
<p>18</p> <p>中華風炒り卵 ワントンスープ いりこ 十六穀米（かつお節）</p> <p>《3時のおやつ》 ポップコーン・牛乳</p> <p><10時のおやつ> 果物・牛乳</p>	<p>19</p> <p>ウィンナー入りクリームシチュー じゃこサラダ ヤクルト 十六穀米</p> <p>《3時のおやつ》 メロンパン・牛乳</p> <p><10時のおやつ> ビスケット・ヤクルト・お茶</p>	<p>20</p> <p>春分の日 </p>	<p>21</p> <p>鶏肉のからあげ 大豆と野菜のスープ 胡瓜の昆布和え 十六穀米</p> <p>《3時のおやつ》 ももまんじゅう・カルピス</p> <p><10時のおやつ> 果物・牛乳</p>	<p>22</p> <p>魚のコーンマヨ焼き 五色野菜のスープ 果物【セレクト】 十六穀米（ごま塩）</p> <p>《3時のおやつ》 チーズケーキ・いちごミルク</p> <p><10時のおやつ> エイセイポーロ・牛乳</p>	<p>23</p> <p>スープパグティ ベーコンとチンゲン菜のソテー 果物</p> <p>《3時のおやつ》 みりん揚げ・牛乳</p> <p><10時のおやつ> チーズ・牛乳</p>	
<p>25</p> <p>魚のカレーフリッター 鶏肉と野菜の具沢山スープ 果物 十六穀米（わかめ）</p> <p>《3時のおやつ》 せんべい・牛乳</p> <p><10時のおやつ> チーズ・牛乳</p>	<p>26</p> <p>卒園式 </p>	<p>27</p> <p>焼き肉 豆腐とチンゲン菜のスープ 果物 十六穀米</p> <p>《3時のおやつ》 はちみつ風味のカステラ・牛乳</p> <p><10時のおやつ> かりんとう・牛乳</p>	<p>28</p> <p>ベーコンエッグ しめじ入り味噌汁 いりこ 十六穀米（ゆかり）</p> <p>《3時のおやつ》 揚げパン・牛乳</p> <p><10時のおやつ> 果物・牛乳</p>	<p>29</p> <p>華風炒り豆腐 ミックスサラダ 果物 十六穀米</p> <p>《3時のおやつ》 バナナマフィン・牛乳</p> <p><10時のおやつ> クラッカー・牛乳</p>	<p>30</p> <p>豚肉と二ろの炒め物 納豆汁 果物 十六穀米</p> <p>《3時のおやつ》 おにぎりせんべい・牛乳</p> <p><10時のおやつ> 黒棒・牛乳</p>	

※ゆり組さんからのリクエストが多かったメニューを取り入れてます(青文字)

お別れ会 クッキング

21日(木) お誕生会

22日(金) お別れ会

《セレクトメニュー》
6日(水)・22日(金)

3月6日(水)

★うめぐみ、すみれぐみ
マフィン作り

★ゆりぐみ
プチケーキ作り



ナノハナを食べて 春を感じよう

ナノハナは春に出回る食材のひとつで、園でも春に登場します。ナノハナはビタミン類や食物繊維が多いので、風邪予防や便秘予防に効果があります。大人にはほろ苦さが人気ですが、子どもたちには苦みが嫌で食べにくいようなので、マヨネーズで和えたり、肉といっしょに炒めたりすると食べやすくなります。黄色の花が可愛いナノハナ、目で楽しむのはもちろん、「春」の味として味わってみましょう。

