



3月

のこんだて



月	火	水	木	金	土
2 	3 	4 	5 	6 	7
むぎごはん 麦御飯、加のとろみ汁 とりにく しおこうじや 鶏肉の塩麴焼き ひじきの大豆煮	さくらずし 桜寿司、すまし汁 とうふ 豆腐ハンバーグ さくら焼売 ひなあられ	ごはん ちゅうか 御飯、中華スープ さかな 魚のチャンチャン焼き かぼちゃ 南瓜のそぼろ煮	ごはん あか 御飯、赤だし いどり 炒り鶏 はるさめ 春雨サラダ	オムライス ミルクスープ サラダ	ごはん みそしる 御飯、味噌汁 とり しょうゆかお 鶏の醤油香り揚げ プリン
9 	10 	11 	12 	13 	
ざっくごはん たまご 雑穀御飯、卵スープ グラタン ごまあ 胡麻和え	や とりどん みそしる 焼き鳥丼、味噌汁 コールスローサラダ くずまんじゅう 葛饅頭	ごはん しらたまじる 御飯、白玉汁 チーズハンペンフライ あんにと豆腐 杏仁豆腐	さら 皿うどん、おにぎり サラダ はるま 春巻き	むぎごはん ちゅうか 麦御飯、中華スープ さかな 魚のカレー焼き きんぴら 金平ゴボウ	
16 	17 	18 	19 	<p>しゅんぶん ひ 春分の日</p>	
20 	21 	22 	23 	24 	25
タコライス ちゅうかふう 中華風コーンスープ サラダ	ごはん みそしる 御飯、味噌汁 さかな 魚のタラコ焼き ばんばんじー 棒棒鶏	ごはん たまじる 御飯、かき玉汁 にく 肉じゃが うはな 卵の花サラダ	や 焼きそばパン、ゼリー シーフードチャウダー、ジュース スナップエンドウのサラダ	<p>べんとう お弁当</p>	
26 	27 	28 	29 	30 	31
むぎごはん ちゅうか 麦御飯、中華スープ とりにく あおな あまず 鶏肉と青菜の甘酢煮 オニオンサラダ	ごもく 五目うどん、おにぎり サラダ やまいもたんざくあ 山芋短冊揚げ	ごはん だじる 御飯、だご汁 とうふ 豆腐のふわふわ寄せ オーロラソース和え	ごはん 御飯、もやしのスープ さかな みそ 魚の味噌チーズ焼き スパゲティサラダ	かんこくふう 韓国風シーチキン丼 すまし汁、サラダ てん 天ぷら饅頭or よもぎ笹団子	<p>ひな祭りに、雛あられを食べるようになったのはなぜ？</p> <p>雛あられには、娘の健康を祈願するという意味が込められています。</p> <p>雛あられは、基本的に「桃・緑・黄・白」の4色で構成されていて、これは四季を意味して</p> <p>います。これによって、「一年を通して娘の幸せを祈る」という意味を込めているのです。</p> <p>また3色の場合は「白・緑・赤」で構成されている事が多く、白=雪、緑=木々の芽吹き、</p>
30 	31 				
キーマカレー ビーンズスープ マカロニサラダ	カルボナーラサンド ミネストローネ サラダ、ゼリー、牛乳				