



3月の献立表

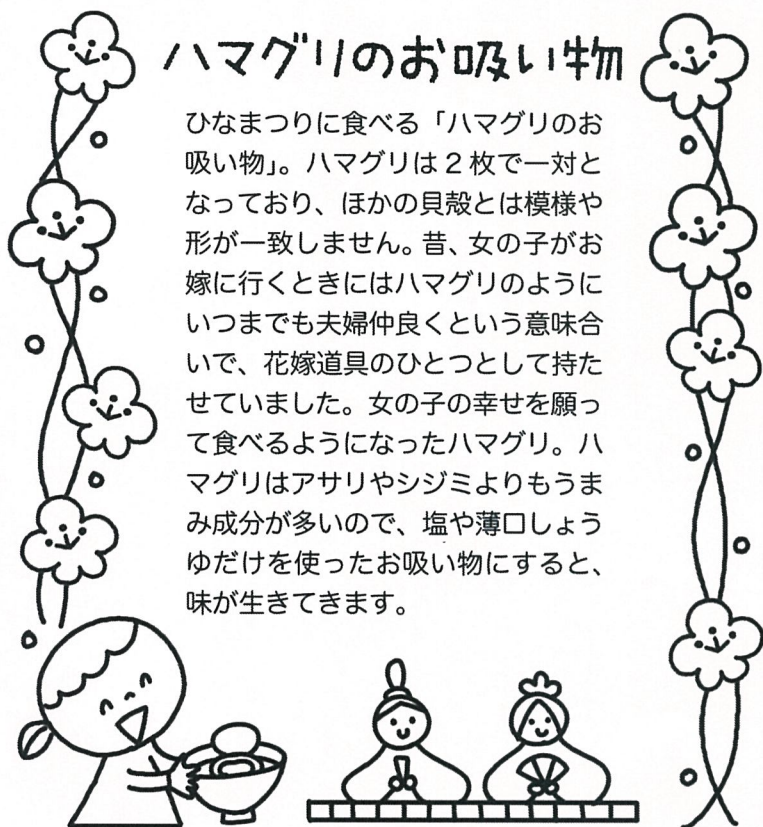
令和4年度 蛸ノ浦保育園

	げつようび	かようび	すいようび	もくようび	きんようび	どようび
			1日	2日	3日	4日
9時			せんべい 牛乳	ビスケット 牛乳	ヨーグルト	
昼食			カレー煮 ゆで卵 サラダ 福神漬け フルーツ	ワンダンスープ 麻婆豆腐 ツナサラダ フルーツ	みそ汁 親子煮 白菜の和え物 フルーツ	サンドイッチ 牛乳
15時			ビスケット 牛乳	ホットドッグ 牛乳	クレープ 牛乳	
	6日	7日	8日	9日	10日	11日
9時	あられ 牛乳	フルーツ 牛乳	せんべい 牛乳	ビスケット 牛乳	ヨーグルト	
昼食	豚汁 しょうまい マカロニのカレー炒め フルーツ	わかめスープ 豚バラ大根 小松菜と竹輪の和え物 フルーツ	みそ汁 メンチカツ もやしナムル フルーツ	もやしの中華スープ サバの味噌煮 ポテトサラダ フルーツ	みそ汁 焼肉 春雨サラダ フルーツ	
15時	せんべい 牛乳	きなこ揚げパン 牛乳	ビスケット 牛乳	蒸しパン 牛乳	カナッペ 牛乳	
	13日	14日	15日	16日	17日	18日
9時	あられ 牛乳	フルーツ 牛乳	せんべい 牛乳	ビスケット 牛乳	ヨーグルト	
昼食	ひつまじ ウインナーソーテー ほうれん草サラダ フルーツ	豚汁 サケのムニエル きんぴらごぼう フルーツ	みそ汁 春巻き ジャーマンポテト フルーツ	誕生会 & お別れ会	水餃子スープ 筑前煮 ナポリタン フルーツ	温とうめん フルーツ
15時	せんべい 牛乳	アメリカンドッグ 牛乳	白玉ポンチ 牛乳	ケーキ ジュース	ビスケット 牛乳	
	20日	21日	22日	23日	24日	25日
9時	あられ 牛乳		せんべい 牛乳	ビスケット 牛乳	ヨーグルト	
昼食	むらもスープ 肉豆腐 味付けのい フルーツ	春分の日	八宝汁 ハムエッグ かぼちゃの煮物 フルーツ	にら玉汁 ミートボール 切り干し大根の煮物 フルーツ	なめこ汁 ソーセージフライ フロッキーの和え物 フルーツ	卒園式
15時	せんべい 牛乳		しょうゆ団子 牛乳	フライドポテト 牛乳	オムレット 牛乳	
	27日	28日	29日	30日	31日	
9時	おやつ持参					
昼食	希望保育 ハヤシライス フルーツ	希望保育 焼きそば スープ	希望保育 お弁当持参	希望保育 お弁当持参	希望保育 お弁当持参	
15時	おやつ持参					

☆お弁当のいない日・・・16日(木曜日) お箸は忘れずに持ってきて下さい。

☆土曜保育に登園する際は、お箸を持ってきて下さい。(さくら組)

☆都合により、献立が変更になる事があります。ご了承下さい。



ハマグリのお吸い物

ひなまつりに食べる「ハマグリのお吸い物」。ハマグリは2枚で一对となっており、ほかの貝殻とは模様や形が一致しません。昔、女の子がお嫁に行くときにはハマグリのようにいつまでも夫婦仲良くという意味合いで、花嫁道具のひとつとして持たせていました。女の子の幸せを願って食べるようになったハマグリ。ハマグリはアサリやシジミよりうまみ成分が多いので、塩や薄口しょうゆだけを使ったお吸い物にすると、味が生きてきます。

子どもと一緒に食べものクイズ

Q 「けんちゃん汁」の名前の由来は？

①人の名前 ②土地の名前 ③寺の名前

A 正解は③。鎌倉にある建長寺で、お寺の修行僧が崩れてしまった豆腐を使って作った汁ものがその由来であるといわれ、「建長汁」がなまり「けんちゃん汁」となったと考えられています。