

3月3日は『ひな祭り』



ひな祭りである3月3日は「^{じょうし}上巳の節句」や「^{もも}桃の節句」とも呼ばれます。

「上巳の節句」とは、古代中国から伝わり、日本に定着した暦「五節句」のひとつです。「節句」とは暦の節目のことで、「この日から季節が変わります」という意味があります。また、旧暦の3月3日は桃の花が咲く季節であることから、「桃の節句」と言われるようになりました。

そして、ひな祭りでは女の子の成長と幸せを願い、ひな人形をかざり、ちらし寿司やひしもち、ひなあられなどを食べてお祝いします。



ひな祭りにまつわる食べ物



ちらし寿司



縁起のよい食べ物をたくさん使うことで将来の健康と幸福を願います。

えびは長寿、れんこんは見通しがきく、豆はマメに働ける、菜の花は春らしさの意味があります。

ひしもち

下から緑、白、赤の^{ひしがた}菱形の餅を重ねたものです。雪の下には新芽が芽吹き、雪の上には桃の花が咲いている、という意味があります。



ひなあられ



ピンク、緑、黄、白の4色で、四季を表しているといわれています。自然のエネルギーを体内に取り込み、健やかなる成長の願いが込められています。

白酒

もともとは、桃の花びらを漬けた「^{とうかしゅ}桃花酒」というものが飲まれていました。

桃は邪気を祓い、気力や体力の充実をもたらすといわれ、薬酒のひとつとして

中国から伝えられました。お酒なので、子どもにはアルコール分のない甘酒などにしましょう。



はまぐりのうしお汁



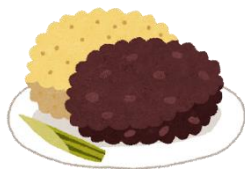
はまぐりの貝殻は2枚で一对になっており、他の貝殻と模様や形が一致しないことから、仲のいい夫婦を表しています。「夫婦円満」という願いが込められています。

3月17日～23日は 『お彼岸』

春分の日と秋分の日を中日として前後の3日ずつの7日間を「彼岸会^{ひがんえ}」といいます。ご先祖様に感謝し、お墓参りをします。

お供え物として、

「ぼたもち（春彼岸）」や
「おはぎ（秋彼岸）」を
作ります。



春の和菓子『桜餅』

桜にちなんだ和菓子で、桜の葉で餅菓子を包んだもの。桜餅は、関東風と関西風の2種類に大きく分けられます。



関東風「長命寺」

薄いクレープ状の生地で

あんを巻いたもの



関西風「道明寺」

つぶつぶとした道明寺粉の

餅であんを包んだもの

3月はリクエストメニューが入っています

かもめ組のお友だちは、こども園での給食が最後になります。かもめ組のお友だちが食べたいメニューを聞いてみました。

主食

- ・わかめごはん
- ・焼き鳥丼

主菜

- ・ハンバーグ
- ・鶏のからあげ
- ・チャプチェ

副菜

- ・フライドポテト
- ・チーズ焼き
- ・コロッケ・スパゲティ

おやつ

- ・フレンチトースト・焼きそば
- ・たまごサンド・スイートポテト
- ・ココアブラウニー・お好み焼き

3月の献立には、かもめ組のお友だちがリクエストしてくれたメニューをたくさん取り入れているので、またお家で感想を聞いてみてください！

大人気おやつ『米粉と豆腐のブラウニー』 のレシピをご紹介します

◆材料◆

- ・絹ごし豆腐……………150g
- ・上新粉……………70g
- ・片栗粉……………7g
- ・ベーキングパウダー…7g
- ・ピュアココア……………10g
- ・砂糖……………60g
- ・サラダ油……………大さじ2

◆作り方◆

- ① 上新粉、片栗粉、ベーキングパウダー、ココアを合わせておく。
- ② 絹ごし豆腐をペースト状にし、砂糖、油を加えて混ぜる。
- ③ ②に①を加えて混ぜる。
- ④ 型に入れ、160℃で15～20分焼いて完成！

