

3月3日は『ひな祭り』



3月3日は「桃の節句」とも呼ばれ、ひな人形をかざり女の子の健やかな成長と幸せを願う行事です。「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。

ひな祭りにまつわる食べ物



ひしもち

下から緑、白、赤の菱形の餅を重ねたもの。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。



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。

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
- ・カレーライス
- ・焼き鳥丼

主菜

- ・ハンバーグ
- ・鶏のからあげ
- ・照り焼きチキン

副菜

- ・ジャーマンポテト
- ・フライドポテト
- ・チーズ焼き・ポテトサラダ

おやつ

- ・米粉と豆腐のブラウニー
- ・クッキー
- ・卵サンド
- ・焼きそば

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！

今月のレシピ紹介

給食で大人気のおやつ！ 『米粉と豆腐のブラウニー』



◆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、ココアをビニール袋に入れて、混ぜ合わせておく。
- ② ボールに絹ごし豆腐を入れ、泡だて器で混ぜてペースト状にしたら砂糖、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℃のオーブンで15～20分焼いて、つまようじを刺して、生地が付かなかったら完成！