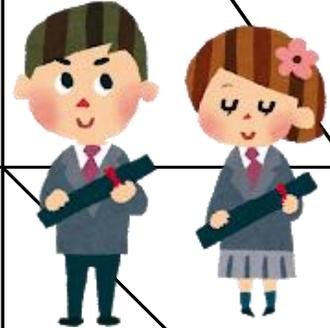


# 今週の献立表

【令和7年3月3日～令和7年3月9日】

	3月3日 (月)	3月4日 (火)	3月5日 (水)	3月6日 (木)	3月7日 (金)	3月8日 (土)	3月9日 (日)
朝食	<ul style="list-style-type: none"> <li>・塩鮭</li> <li>・ゆで卵</li> <li>・ひじきと大豆の煮物</li> <li>・ごま和え</li> <li>・フルーツ(オレンジ)</li> <li>・ごはん</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物</li> <li>・味のり</li> <li>・手作りパン</li> <li>・マーガリン</li> <li>・ジャム</li> <li>・牛乳</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>・いわしの磯辺揚げ</li> <li>・厚焼き卵</li> <li>・切り昆布の煮物</li> <li>・3色サラダ</li> <li>・フルーツ(オレンジ)</li> <li>・ごはん</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物</li> <li>・味のり</li> <li>・手作りパン</li> <li>・マーガリン</li> <li>・ジャム</li> <li>・牛乳</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・あじの塩焼き</li> <li>・ゆで卵</li> <li>・ベーコンポテト</li> <li>・きのこわかめのポン酢和</li> <li>・フルーツ(グレープフルーツ)</li> <li>・ごはん</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物</li> <li>・ふりかけ</li> <li>・手作りパン</li> <li>・マーガリン</li> <li>・ジャム</li> <li>・牛乳</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>・塩鮭</li> <li>・ゆで卵</li> <li>・ひじきと大豆の煮物</li> <li>・ごま和え</li> <li>・フルーツ(オレンジ)</li> <li>・ごはん</li> <li>・味噌汁</li> <li>・漬物</li> <li>・味のり</li> <li>・手作りパン</li> <li>・マーガリン</li> <li>・ジャム</li> <li>・牛乳</li> </ul>	
昼食	<ul style="list-style-type: none"> <li>・散らし寿司</li> <li>・コーンコロッセ</li> <li>・ツナとブロッコリーのマヨネーズ焼き</li> <li>・ハムとほうれん草のソテー</li> <li>・チョレギサラダ</li> <li>◎お楽しみデザート</li> <li>・わかめスープ</li> <li>・漬物</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>・鯖の照り焼き</li> <li>・メンチカツ</li> <li>・野菜炒め</li> <li>・肉じゃが</li> <li>・3色野菜のおろし和え</li> <li>・フルーツ寒天</li> <li>・にゅうめん</li> <li>・ごはん</li> <li>・漬物</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>・鶏のみぞれ煮</li> <li>・豚肉ともやしの炒め物</li> <li>・ミートボールのグラタン風</li> <li>・ひじきとごぼうのうま煮</li> <li>・菜の花の辛子和え</li> <li>・フルーツ白玉</li> <li>・すまし汁</li> <li>・ごはん</li> <li>・漬物</li> </ul>		<p>3月8日</p>  <p>ミツバチの日</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ミートソーススパゲティ</li> <li>・リングフライ(2種)</li> <li>・海老とアスパラのスイートマヨ炒め</li> <li>・五目金平</li> <li>・グリーンサラダ</li> <li>・フルーツ</li> <li>・卵スープ</li> <li>・ごはん</li> <li>・漬物</li> </ul>
夕食	<p>3月3日</p>  <p>ひな祭り</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ロールキャベツのクリーム煮</li> <li>・ささ身チーズフライ</li> <li>・豚肉と大豆のピリ辛炒め</li> <li>・こんにゃくと野菜のごま煮</li> <li>・大根サラダ</li> <li>・おくらとコーンのサラダ</li> <li>・フルーツポンチ</li> <li>・コンソメスープ</li> <li>・ごはん</li> <li>・漬物</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・豚肉の味噌漬け焼き</li> <li>・八ヶ岳高原グラタンコロッセ</li> <li>・八宝菜</li> <li>・南瓜のそぼろ煮</li> <li>・千切りキャベツ</li> <li>・ごぼうサラダ</li> <li>・フルーツトロピカル</li> <li>・かき玉汁</li> <li>・ごはん</li> <li>・漬物</li> </ul>	 	<p>3月7日</p>  <p>消防記念日</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・白身魚のネギソースかけ</li> <li>・牛肉とピーマンのチャプチェ風</li> <li>・鶏とブロッコリーのグラタン風</li> <li>・ポトフ</li> <li>・お浸し</li> <li>・おくらとコーンのサラダ</li> <li>・フルーツのカルピス和え</li> <li>・中華スープ</li> <li>・ごはん</li> <li>・漬物</li> </ul>	<p>3月9日</p>  <p>ありがとうの日</p>

## ◆◆◆ ひなまつりのお話 ◆◆◆



3月3日は、「ひなまつり」です。桃の節句です。

ひなまつりには、雛人形や桃の花を飾り、ひなあられや菱餅などいろいろな食べ物を供えます。

雪が降り土の中では、新しい芽が出始めたり、春の準備をしています。また、ひなあられや菱餅は、春を表しています。

ピンク…桃の花 白…なごり雪 みどり…新しい芽 を表しています。

また、3月3日の「ひなまつり」は、子どもの健やかな成長を願う行事として、今も受け継がれています。

