


 令和4年 3月献立表

ミルクたんぽぽ園

月		火		水		木		金		土	
		1日	煮魚 白和え 味噌汁 ご飯 牛乳 フルーツヨーグルト	2日	ポトフ ピラフ 果物 牛乳 おからビスコッティ	3日	ひなまつり 稲荷寿司 えびのふぶあられ焼き 和え物 すまし汁 カルピス ひなケーキ	4日	ぶり大根 和え物 味噌汁 ご飯 牛乳 イチゴ羊羹	5日	お弁当 牛乳
7日	野菜炒め わかめと豆腐のチョレギ和え 味噌汁 ご飯 牛乳 グリッシーニ	8日	カレーライス サラダ 果物 牛乳 さつまいもとごまのクッキー	9日	お別れ遠足 牛乳 ほうれん草のケーキ	10日	椎茸の肉詰め ふきのきんぴら 味噌汁 ご飯 果物 牛乳 豆腐と野菜のドーナツ	11日	里芋の揚げ出し だし巻き卵 すまし汁 鯛飯 果物 牛乳 大学いも	12日	鯖のひつまぶし風 和え物 味噌汁 果物 牛乳 ココロポテト
14日	鮭の塩焼き 含め煮 すまし汁 炊き込みご飯 牛乳 ごまラスク	15日	鶏と大豆の揚げ煮 和え物 味噌汁 麦ご飯 牛乳 蒸しパン	16日	煮込みうどん 和え物 果物 牛乳 おにぎり	17日	じゃがいものそぼろ煮 和え物 味噌汁 ご飯 牛乳 オープンサンド	18日	油揚げ餃子 ナムル スープ ご飯 牛乳 南瓜の蒸しパン	19日	修了式 成長を祝う会
21日	春分の日	22日	塩麻婆豆腐 蓮根の磯部揚げ 貝たくさんスープ ご飯 牛乳 エッグタルト風	23日	にじ組リクエスト献立 からあげ サラダ スープ パン 牛乳 くまさんケーキ	24日	ししゃも南蛮漬け うどのきんぴら 味噌汁 ご飯 牛乳 さつまいもとりんごの甘煮	25日	鯖の竜田揚げ 和え物 すまし汁 麦ご飯 牛乳 根菜ピザ	26日	パスタ サラダ スープ 果物 牛乳 おにぎり
28日	もやしと豆腐のチャンプルー 磯部揚げ 味噌汁 ご飯 牛乳 ニラとあさりのチヂミ	29日	煮物 春菊と厚揚げの炒め物 味噌汁 ご飯 牛乳 スティックフライ	30日	ピザ サラダ スープ 果物 牛乳 おにぎり	31日	休園日				

※都合によりメニューが変更になる場合があります。

3日 桃の節句献立 女の子の健やかな健康を願う行事。白…雪の消らかさ 紅…桃の魔除け 緑…蓮の邪気払い の意味がある。

18日 春彼岸 春分の日前後3日間を彼岸という。豊作を祈り感謝する気持ちと、先祖供養の気持ちが彼岸に「ぼた餅、おはぎ」をお供えする習慣として伝えられた。

(秋は萩の花の季節なので「おはぎ」と言われているのに対し、春は牡丹の花の季節に近いことから「ぼた餅」と言われている、という説がある。

21日 春分の日 自然を称え、将来のために努力する日。

★3月 旬の食材★かぶ、たけのこ、水菜、ふき、うど、にら、アスパラガス、菜の花、さやえんどう、イカ、ぶり、はまぐり、いちご、はっさく

