

2023年3月

こんだてひょう

幼児食

あおい宙東灘保育園

Main menu table with columns for dates (日付), days of the week (曜日), and 17 days of food items. Includes categories like 'あさのおやつ', 'こんだて', 'さいりょう', 'おやつ', 'こんだて', 'さいりょう', 'お弁当', 'おやつ', 'さいりょう'.

\*あさのおやつは0, 1, 2歳児のみです。毎日牛乳が付きま...
\*おやつのおかしは、サンコー製品のものを使用いたします。
\*夕方延長のおやつは、おにぎり、お菓子(土曜日のみ)です。
\*フルーツはオレンジ、りんご、バナナの予定です。

J印はお誕生会です
☆印は行事食です。
★印はの奈良県の郷土料理を取り入れたものです
◎印はほしくみさんのリクエストメニューです。
◎印...きいろ:ちからやたいおんになるもの
◎印...あか:ちやにくやほねをつくるもの
△印...みどり:からだのちよしょうとさのえるもの

※だしは、昆布とかつお節、いわし節、いわしほしを使用しています。
※強化米は、ビタミン5種(B1, B2, B6, パントテン酸, 葉酸)、鉄分が強化されたお米です。
※砂糖は三温糖を使用しています。

3月3日はひなまつり
女の子の節句として祝われている「ひなまつり」は、ひな人形を飾り、桃の花、白酒、菱餅、ひなあられなどを供えます。「形代(かたしろ)」として身代わりの人形を作り、その人形に感謝と供養の気持ちをごちそうするようになったのが、まつりの始まりとされています。
菱餅やひなあられは白・緑・桃の3色になっていますが、それぞれ何を表しているかご存知ですか？白は雪の大地、緑は木々の芽吹き、桃は生命を表していて、この3色のお菓子を食することで自然のエネルギーをほかい 健やかに成長できると考えられています。