



3月 給食だよ!

寒さが少し和らぎ、待ちに待った暖かい春はすぐそこまできています。今年度最後の月となりました。3月の給食は行事食として3日にひな祭りメニュー、28日に卒園のお祝いメニューを取り入れています。

年長さんはいよいよ卒園です。園で色々な経験をして体も心も大きく成長していることでしょう。12日にはお別れ会食もあります。みなさんの思い出に残っている給食は何ですか? 残り少ない生活を楽しめるよう安全でおいしい給食の提供をしていきたいと思ひます。



ひなまつりにまつわる食べもの

桃 中国伝来の思考として、桃には魔除けの力があるという考え方がありました。桃の花を愛で、桃の花を浮かべた酒を飲み、桃の葉を入れたお風呂に入って無病息災を願いました。

白酒 桃のお酒と合わせて紅白として、祝福をあらわしていると言われます。

ひし餅 いにしえの健康食品だったと言われています。

紅 くちなしが含まれていて解毒作用があります。

白 白い菱の実に血糖降下作用があります。

緑 よもぎ餅には造血作用があります。

花の赤、雪の白、新しい芽の緑という春をあらわす意味があるとも言われます。

ひなあられ お米を蒸して乾燥させたものを煎ってふくらませ、食用の色粉などで色をつけたものです。主に桃色・緑色・黄色・白の4色でそれぞれ四季を通じて健康でいられますようにという願いが込められています。

