

2026

3月

献立表

日	曜	献立名	午前(未満児)	午後のおやつ	以上児 Kcal	未満児 Kcal
2	月	ビビンバ丼 ガーリックサラダ 味噌汁 パナナ	ヨーグルト	牛乳 豆腐ドーナツ	626	548
3	火	雛プレート 肉じゃが 清し汁 苺	牛乳	麦茶 雛ケーキ		
4	水	揚げ鶏の薬味ソース マカロニサラダ 納豆汁 枝豆	野菜ジュース	フルーツヨーグルト	609	531
5	木	お弁当の日 (ヤクルト)	牛乳	麦茶 シフォンケーキ		
6	金	リクエストメニュー 焼きそば チップスサラダ わかめスープ ゼリー	カルピス	牛乳 ライスコロケ	620	546
7	土	すき焼き風丼 牛乳 果物		ヨーグルト 菓子		
9	月	パン 春野菜のシチュー 涼伴三絲 パナナ	ヨーグルト	牛乳 天使のおにぎり	661	576
10	火	チャーシュー丼 ごま和え 芋煮汁 苺	野菜ジュース	オレンジフロズン	653	560
11	水	つるつるチャイナ フレンチブロッコリー 白菜とベーコンのスープ パイン缶	カルピス	牛乳 えびせん	573	521
12	木	クッキング保育 (ワクワクカレー) レインボーサラダ パナナ	牛乳	麦茶 苺どら焼き		
13	金	チーズ入り豆腐オムレツ いとこ煮 味噌汁 みかん缶	野菜ジュース	牛乳 シュガーマーガリンサンド	618	527
14	土	スタミナ丼 牛乳 果物		ゼリー 菓子		
16	月	塩ちゃんこうどん ポテトサラダ パナナ	カルピス	牛乳 チーズおかかおにぎり	595	520
17	火	ロコモコ丼 パンプキンスープ ゼリー	牛乳	醤油ラーメン	547	570
18	水	八宝菜 スパゲティトマト炒め 味噌汁 みかん缶	野菜ジュース	カルピス じゃこトースト	659	582
19	木	枝豆ご飯 魚のトマトチーズ煮 ひじきの五目煮 サンラータン パナナ	ヨーグルト	牛乳 ソーセイジドック	586	516
21	土	カレードリア 牛乳 果物		ヨーグルト 菓子		
23	月	きつねうどん 大豆とさつま芋の甘辛和え 野菜ジュース	カルピス	牛乳 パナナクレープ	633	566
24	火	誕生会	牛乳	ヨーグルト		
25	水	厚揚げと野菜の味噌炒め 味噌サラダ 冬瓜の清し汁 チーズ	牛乳	カルピス ホットケーキ	613	556
26	木	そば飯 パインサラダ ワンタンスープ パナナ	ヨーグルト	牛乳 ソルトポテト	632	550
27	金	豚丼 チョレギサラダ 味噌汁 パイン缶	野菜ジュース	手作りプリン	577	500
28	土	お弁当の日 牛乳		ゼリー 菓子		
30	月	舞茸ご飯 竹輪の磯辺揚げ 金平風サラダ 味噌汁 パナナ	牛乳	カルピス 挽肉入りパンケーキ	642	596
31	火	チーズバーガー ヨーグルトサラダ 五目スープ	牛乳	麦茶 いなり寿司	615	502

3月3日はひな祭り

ひなまつりの由来

ひな祭りは、上巳の節句や桃の節句ともいわれています。

平安時代の貴族の間で行われていた、ままごのような「雛遊び」と、中国の上巳のおはらいのために人形を流す行事などが結びつき、行われるようになりました。



 ひな祭りの行事食

ちらし寿司



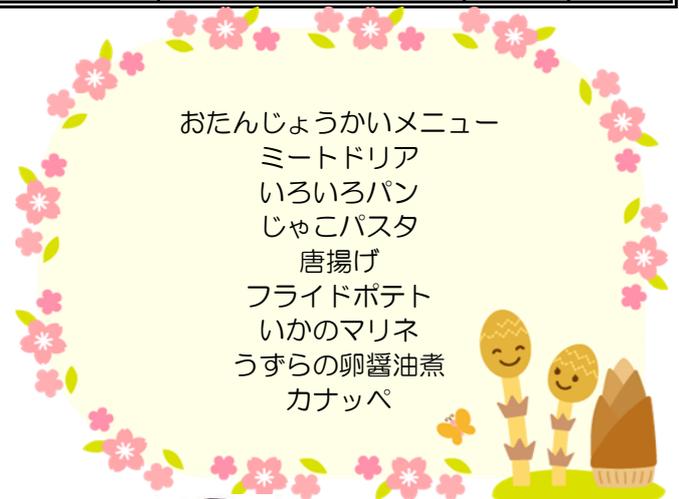
ひな祭りには、ちらし寿司がよく食べられています。黒、白、黄、青(緑)、赤の五色の食材を使って、鮮やかに飾りつけます。

子どもに好きなように盛りつけさせると、一緒に調理を楽しめます。

はまぐりのお吸い物



はまぐりは、対になっている貝としか合わないことから、夫婦の仲のよさをあらわしています。また、旧暦の3月3日に磯遊びをしていた風習から、貝を食べるようになったともいわれています。



おたんじょうかいメニュー

ミートドリア
 いろいろパン
 じゃこ Pasta
 唐揚げ
 フライドポテト
 いかのマリネ
 うすらの卵醤油煮
 カナッペ

草餅



古くは、ハハコグサが使われていたそうですが、後によもぎが材料として使われるようになりました。これらの草には、邪気をはらう魔よけの効果があると信じられてきました。