



～ ひなまつり ～

ひなまつりは、女の子の幸せを願う行事です。
ひな人形を飾り、雛あられや桃の花などを供え、ごちそうを食べて過ごします。
『桃の節句』ともいいます。
ひなまつりの起源は、季節の節目や変わり目に災難や厄から身を守り、よりよい幕開けを願うための節句が始まりとされています。
ひな人形は、子どもたちの代わりに病気や事故から守ってくれるといわれていて、女の子が元気で幸せになるようにお祝いの気持ちや願いを込めて飾ります。



保育園でも、
ちらし寿司、はまぐりのお吸い物、
ひなあられを食べますよ～！！

～ ちらしずし ～

ちらしずしは、むかしからお祭りやお祝いの日などにつくられることが多かったようです。3月は、季節の変わり目で体調を崩しやすいことから、健康を願って体にいいものを食べたことが始まりです。
いろいろな具が入ったおすしです。

～ はまぐりのお吸い物 ～

はまぐりは、2枚の貝がぴったり合わさることから、よい結婚相手に会えることの願いがこめられています。



～ ひしもち ～

ピンク・白・緑・の3段に重ねて、ひし形に切ったお餅。
ピンクは、魔よけや桃の花、
白は、清浄や純白の雪、
緑は、長寿や草萌える大地、
などの意味がこめられています。



～ ひなあられ ～

ひなあられは関東と関西で異なった原料からできています。
関西のひなあられの原料はもち米、関東はうるち米です。
他にも、大きさ・味付けも違うようですよ。



★リクエストメニュー★

どう組さんの保育園での生活も、残り2ヶ月ほどになりました。
みんなで給食を食べるのも、あと少しですね、、、
2月と3月の献立には、どう組さんからのリクエストメニューが
入っています！保育園の味を忘れないでね～！

※材料は子ども4人分です（大人2人分）

☆ カレーうどん

これを食べた後は、みんなの口の周りがカレーまみれなんです～



〈作り方〉ゆでうどん…600g、豚ロース肉…60g、にんじん…32g、玉ねぎ…

80g、ネギ…8g、カレールウ、うすくちしょうゆ 24g、だし汁 540g

にんじん・玉ねぎ・ネギを食べやすい大きさに切る。

豚ロース肉、にんじん、玉ねぎを鍋で炒める。

玉ねぎが透明になったらだし汁を入れて煮込む。

カレールウを溶かし、最後にうすくちしょうゆ

を加える。ネギを散らして完成。

茹でうどんにかける。



☆ サケマヨネーズ焼き

共栄保育園の定番、人気メニューです！

〈作り方〉サケ…160g(2切れ)、塩 0.4g

A[玉ねぎ…4g、パセリ…2g、

マヨネーズ 20g、牛乳 8g、パルメザンチーズ 6g]

サケに塩をふり、オーブンで200℃5分程素焼きする。

玉ねぎとパセリをみじん切りにして、Aの材料を混ぜ

合わせてマヨネーズソースを作る。素焼きにしたサケ

にマヨネーズソースを塗って、さらに5分程焼く。



☆ ハヤシライス

ずっと変わらない、手づくりのハヤシライス。この時は、みんな！おかわりたっくさん、してくれます！！

〈作り方〉牛もも肉…120g、にんじん…80g、玉ねぎ…240g

りんご…16g A[コンソメスープ 260g、ケチャップ 16g、トマトピューレ 16g、ウスターソース 16g、

三温糖 3.2g、塩 1.2g] B[マーガリン 16g、薄力粉 16g] うすくちしょうゆ 0.8g

にんじんはいちょう切り、玉ねぎは薄切りする。りんごはすりおろす。牛もも肉・にんじん・玉ねぎを鍋で炒める。Aの

調味料とりんごを加える。別鍋にBのマーガリンを溶かす。Bの薄力粉を少しずつ加え、混ぜながら弱火にかけてルウを

作る。Aの鍋からBの鍋に少しずつ移し、ルウを伸ばす。溶けやすくなってきたら、Bの鍋からAの鍋にルウを入れ、溶

かす。最後にしょうゆを入れ、味を調える。



おやつ編

①りんごのケーキ

簡単！りんごジャムのパウンドケーキ☆

ぜひ、おうちでも作ってください♪



〈作り方〉ホットケーキミックス…72g、卵1/2個(32g)、生ク

リーム 50g、リンゴジャム…40g・アルミカップ

生クリームと卵とジャムを泡立て器で混ぜ合わせる。

ホットケーキミックスを入れてさっくり混ぜ合わせる。

カップの8分目まで流し込んで、

オーブンで170℃10分焼く。

他には、

- ・焼きそば
- ・しゃーまい
- ・シチュー
- ・おかか和え
- ・からあげ
- ・コーンスープ
- ・かきたま汁
- ・鶏の照り焼き
- ・チョコケーキ
- ・フルーツヨーグルト
- ・ふかし芋
- ・フルーツポンチ

などのリクエストをもらいました。。

どれが出てくるか楽しみにしていただいね～！

