



# 3月 給食だより

大宮みちのご保育園

早いもので今年度も最後の月となりました。1年間で心身ともに大きく成長した子どもたちの姿に喜びを感じています。

らいおん組にとっては残りわずかな保育園の給食ですが最後までみんなの思い出に残るような給食作りをしていきたいと思えます。3月はらいおん組全員のクエストを取り入れた献立を作成しました。楽しみながら給食の時間を過ごしてほしいです。

## 3月3日 ひなまつり



ひなまつりは、女の子の健やかな成長を祈る節句の年中行事です。  
ひなまつりの行事食にはそれぞれに込められた意味があります。



ちらし寿司…「一生食べ物に困らないように」

はまぐりのお吸い物…「将来夫婦円満に暮らせるように」

ひしもち…「健やかな成長や厄除け、子孫繁栄、長生きできるように」

ひなあられ…「1年間健康で過ごせるように」

3/1の給食・おやつでもひなまつりメニューとして提供しますので楽しみにしてくださいね。

### ♡好きな給食ランキング♡

- 1位 カレーライス
- 2位 ハンバーグ・からあげ
- 3位 鮭料理

らいおん組で給食アンケートを行いました。  
(ご協力ありがとうございました。)  
上位を紹介します☆



## 給食の人気メニュー！スタミナ納豆



- ・鶏ひき肉 100g
- ・にら 20g
- ・しょうゆ 2.5g
- ・おろしにんにく 4.5g
- ・おろししょうが 4.5g
- ・酒 3.5g
- ・ごま油 2.5g
- ・納豆 50g
- ・しょうゆ 4.5g
- ・みりん 4.5g
- ・砂糖 2.5g

- ① 納豆はさつとゆでぬめりをとり、醤油・みりん・砂糖と混ぜ合わせておく
- ② フライパンにごま油を入れ鶏ひき肉を炒め、火が通ったら1cmに切ったにらを加えさらに炒める
- ③ にらがしんなりしたら、しょうゆ・おろしにんにく・おろししょうが・酒を加えよく混ぜる
- ④ よく混ぜたら、納豆をいれ軽く炒めて完成！