



# 3月配膳図



月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
-----	-----	-----	-----	-----

## ＊3月3日はひな祭り＊

ひな祭りは、女の子の健康と幸せを願う行事です。桃の花が咲く季節であることから、「桃の節句」とも言われます。ひな人形を飾ったり、ひな祭りならではの食べ物を飾ったりして、お祝いをします。



**ちらしずし**  
菜の花やたいのんぶ、えびなどをあしらいます。彩りが美しく女の子のお祭りにぴったりです。

**ひしもち**  
赤には歳よけ、白には清らかさと長生き、緑には健康への願いが込められています。

## ひな祭りの食べ物

**ひなあられ**  
もともとは、ひしもちをこまかく砕いて作ったあられです。関東では甘いボン子（糯米）になりました。

**白濁**  
もち米やみりんで作るお酒。子どもはアルコールのない甘酒やジュースで楽しみましょう。

**はまぐりのお吸い物**  
同じ貝としか貝がらが合わないことから「よい相手と結ばれますように」と願います。はまぐりからは上品な味のだしもとれます。



中学3年生1/クエスト給食



20日

**春分の日**



小学6年生1/クエスト給食



## もうすぐ卒業されるみなさんへ

東温市の給食はいかがでしたか？毎日、みなさんが元気に過ごせるよう栄養たっぷりで地元の食材を取り入れたおいしい給食を愛情をこめて作ってきました。これから、心身ともにさらに大きく成長し、同時に、自分自身で選んで食べる機会が増える時期でもあります。健康を意識して、食べることを大切に、充実した毎日を過ごしてくださいね！応援しています！

