



今日は、3月3日のひな祭りにちなんで献立です。  
 ひな祭りは、女の子の成長と幸せを願う行事  
 で、季節の花にちなんで「桃の節句」ともいいます。  
 ひな祭りに食べる「ひしもち」は、緑・白・桃の  
 3色を重ねて、「雪の下から新芽が芽吹き、桃の花  
 が咲く春の様子」を表しています。今日は、その  
 3色をなますにちりばめ、桃の節句に  
 合わせて桃のゼリーを作りました。



料理の後ろのマークは、その料理が体の中で主  
 にどんな働きをするかを表しています。

エネルギーになる…★

筋肉や骨をつくるもとになる…○

体の調子を整える…\*



ピーチゼリー\*★○

牛乳○

三色なます\*

五目ちらしずし★○\*

すまし汁○\*