



きょうは、3月3日のひな祭りにちなんだ献立です。

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

ひしもちに似せた3色

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…＊



ひな祭りゼリー＊★○

牛乳○

五目ちらしずし★○＊

すまし汁○＊