



# きゅうしょくだより

令和8年3月1日 中丸子保育園



## 旬の食材と献立



### ●のらぼう菜

川崎市の伝統野菜で、多摩区や麻生区で多く生産されています。甘みのある軟らかい食感が特徴で、くせが少なく食べやすい野菜です。

◆みんな美味しい！郷土の味レシピコンテストおかず部門にてグランプリを受賞した「川崎春巻き」、同じくおやつ部門にてグランプリを受賞した「のらもっぱ」を献立に取り入れました。どちらも「のらぼう菜」を使用しています。



## 献立の紹介



春のお彼岸に合わせて、「ぼたもち」を取り入れました。彼岸は、年に2回（3月と9月）、お墓参りやお供えをしてお先祖様を供養する期間です。

お彼岸には、仏壇に「ぼたもち」や「おはぎ」をお供えする風習があります。春に美しく咲くぼたんの花をイメージして作るのが、「ぼたもち」です。

保育園では、米ともち米を混ぜて炊き、軽くついて丸めて、まわりにあんこや黄名粉をまがして手作りしています。



## 3月18日（水）【進級お祝い会～リクエスト給食～】

先月に引き続き、  
 ≪5歳児クラスみんなが考えたリクエスト給食≫を提供します。  
 今回は三色栄養（黄色・赤色・緑色）に注目しながら  
 給食の写真を見て、「これがいい！」「あれが食べたい！」と  
 意見を出し合いました。

ご飯の上におかずをのせてビビンバのように混ぜて食べられるメニューが、子どもたちに特に人気でした。  
 当日をお楽しみに！

こちらに決定！

- ・ごはん
- ・豚肉の韓国風焼き
- ・ナムル（もやし、ほうれん草、人参）
- ・清汁（麩・絹豆腐・えのきたけ）
- ・みかん



## ひなまつり



ひなまつりは3月3日の「桃の節句」に行われる女の子の健やかな成長と幸せを願う行事です。

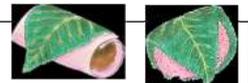
### ひしもち

下段の緑色は「大地」、中段の白は「雪」、上段の桃色は「桃」を表しています。雪の下には緑が芽吹き、上には桃の花が咲くという春の訪れを祝うとともに、わが子の健やかな成長を願う気持ちが込められているそうです。



### 桜もち

桜もちには小麦粉で出来た関東風の「長命寺」と、もち米を蒸して乾燥させた道明寺粉を使った関西風の「道明寺」の2種類があります。



### ひなあられ

元々は、ひし餅を砕いて作っていました。関西のあられは丸くてしょっぱく、関東のものはお米の形で甘いのが特徴です。



（健やかな成長を願って～「ひな祭り」に子どもへ想いを伝えよう～ | おいしい和食のはなし。）

<https://ouchidewashoku.maff.go.jp/article/89/>

出典：農林水産省 Web サイトより一部加工