

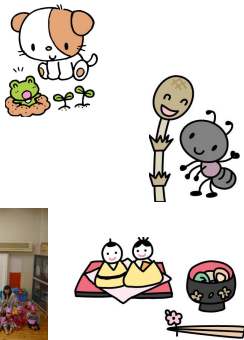
3月のこんだて

月	火	水	木	金	土
2日 三色井 トマレースープ 煮ご飯 ホットケーキ ミルク	3日 パーティーの日 エビフライ ナポリタン 二色サンド サラダ 貝汁 カルピス 果物	4日 マカロニグラタン 味付け海苔 味噌汁 ご飯 果物	5日 揚げだし豆腐 昆布の炒め物 味噌汁 ご飯 果物	6日 ビーフシチュー マカロニサラダ 果物 ご飯	7日 ちゃんぽん
9日 肉じゃが わかめスープ 果物 ご飯	10日 鳥天 豚肉とキャベツの味噌炒め 卵スープ ご飯 果物	11日 魚の南蛮漬け ブロッコリの胡麻酢和え 味噌汁 ご飯 果物	12日 愛情弁当の日 おわかれ遠足	13日 カレー汁 キャベツの千切り 果物 ご飯	14日 あんかけ焼きそば
16日 ハヤシライス ポテトサラダ 果物 ご飯	17日 手作りさつま揚げ キャベツと桜えびの炒め 味噌汁 煮豆 ご飯	18日 おわかれ会 から揚げ おにぎり ミートスパゲティ ゆで野菜 果物	19日 レバーのマリナソースかけ 春雨の酢の物 すまし汁 ご飯 果物	20日 春分の日	21日 焼肉 井 味噌汁
23日 魚の煮付け 野菜の三色和え物 味噌汁 ご飯 果物	24日 炊き込みご飯 ポトフ 果物	25日 照り焼きハンバーグ 野菜サラダ ミネストローネ ご飯 果物	26日 魚のタルタルソース 温野菜 味噌汁 ご飯 プチゼリー	27日 肉団子汁 味付け海苔 果物 ご飯	28日 第32回 卒園式 寿司 味噌汁 黄粉マカロニ 牛乳
30日 オリエンタルソテー 味付け海苔 果物 ご飯	31日 白身魚入りかき揚げ 味噌汁 果物 ご飯				
チーズケーキ ミルクココア	おはぎ お茶				



食事だよ!

2月のパーティー料理



春のにぎわいの盛り付け

桃の花がよく似合うひな祭り、心のなごむ3月です。寒い間は、体が温まる料理をと心配りをしていた献立作りも、淡い黄色やグリーンなど明るいイメージを心しながらの、献立作りへと変わっていきます。

日本は四季の変化がはっきりしているの、生活も季節の移り変わりに同調するように習慣づけられていることが多いと思います。そして、食事にも旬の材料とか旬の献立などと、旬に対する感覚を大切にしてきました。

このような“旬”を大切にして、旬を生かすことこそ季節を盛るとい、日本本来の楽しさのある献立作りがあると思っています。



ひとこき

なんでもしようすになったよ

「もう、いらない」「これ、食べない」と、つい最近まで言っていたのに、「ほら、ぜんぶ食べたよ」「ひとりで出来たよ」「見て、見て、おかわりもしたよ」と、配膳も支度も上手になった子どもたち。私たち大人は、子どもを信じて焦らず待つてさえいれば、少しずつ、気付かないうちに子どもは成長していくものなのですよね。

旬もまるごと 春をはこぶ山野草

つくし
おひたし
和え物
印印とじ
つくし煮

ふきのとう
天ぷら
汁の寒
みじ火の
油で炒め、
お味噌汁
で煮る。

せり
おひたし・ゴマ和え
金時草(生で)

よもぎ
草だんご
ゴマ和え
天ぷら(生で)

うど
夜をむいたら
酢水にさらし
和え物
サラダに

春の花
たんぽぽ
お料理
の色どりに

サクラ
サラダ