







3月

ランチメニュー

・仕入れ状況によりメニューや食材が変更になる場合がございます
 ・施設内で調理した、出来立ての温かいお料理を提供しております。

はあむふるあたご
 ティサービスセンターさかえ

日	月	火	水	木	金	土	
	1 ごはん 赤口 みそ汁 かぼちゃコロック ふろふき大根 ほうれん草バター	2 ごはん 先勝 みそ汁 秋刀魚の塩焼き 麩と根菜の煮物 刻みオクラのおかか和え	3 ちらしごはん 友引 お吸い物 鶏つくね 具沢山サラダ 菜の花和え	4  先負 カレーライス みそ汁 チキンナゲット ブロッコリーサラダ	5 ごはん 仏滅 みそ汁 アジフライ 炒りたまご 和風サラダ	6 ごはん 大安 みそ汁 オムレツ ウインナーとほうれん草の炒め物 茄子のみそ炒め	
7 赤口 	8 ごはん 先勝 みそ汁 メンチカツ 海老とかぶのコンソメ煮 たまごサラダ	9 ごはん 友引 みそ汁 肉豆腐 ひじき煮 もやしの中華和え	10 ごはん 先負 みそ汁 白身フライ スパサラダ インゲンの胡麻和え	11 ごはん 仏滅 みそ汁 酢豚 えび茶巾 アスパラバター炒め	12 ごはん 大安 みそ汁 肉じゃが もやしのカレー炒め 厚焼き玉子	13 ごはん 友引 みそ汁 八宝菜 ほうれん草おかか和え ホタテ風味フライ	
14 先負 	15 ごはん 仏滅 みそ汁 クリームシチュー 五目豆腐 キャベツのおかか和え	16 ごはん 大安 みそ汁 サバの味噌煮 小松菜と厚揚げの煮物 胡瓜のゆかり和え	17 ごはん 赤口 みそ汁 ビーフコロック 麩の煮物 わかめの酢の物	18 ごはん 先勝 みそ汁 ホッケの塩焼き 大根の煮物 たまごサラダ	19 友引 ハヤシライス みそ汁 サツマイモの甘煮 小松菜のおひたし	20 春分の日 ごはん 先負 みそ汁 鮭の塩麩焼き ポテトサラダ ポーク焼売	
21 仏滅 	22 ごはん 大安 みそ汁 ロールキャベツ 里芋のそぼろ煮 フレンチサラダ	23 ごはん 赤口 みそ汁 揚げ出し豆腐 切り干し大根煮 なめたけ和え	24 ごはん 先勝 みそ汁 鮭のバター醤油焼き 切り干し大根の煮物 白菜の浅漬け	25 ごはん 友引 みそ汁 クリームコロック かきフライのカレー炒め 小松菜のおひたし	26 ごはん 先負 みそ汁 野菜炒め かぼちゃの煮物 玉子豆腐	27 ごはん 仏滅 みそ汁 おろしハンバーグ マカロニサラダ ごま和え	
28 大安 	29 ごはん 赤口 みそ汁 白菜と団子の中華煮 えび茶巾 海老焼売	30 ごはん 先勝 みそ汁 親子煮 白和え エノキ茸のおひたし	31 ごはん 友引 みそ汁 揚げ茄子の肉みそ炒め 卵とじ 胡瓜ともやしの梅和え	<p>【菱餅】 緑・白・赤の菱形のお餅を重ねたもの。 緑...邪気を払うとされるヨモギの色 白...清浄 赤...魔除けとされ、3色を食べることにより、 子どもたちの健やかな成長を願います。また、 緑...雪解けを待つ新芽 白...残った雪 赤...桃の花を 表現しているとも言われています。</p> <p>【雛あられ】もとは野外の祭りなどに携帯食糧として 持って行っていたのが雛あられの原形です。 あられの基本色「桃・緑・黄・白」の4色で四季を表し、 一年中健康でありますようにという願いが込められています。</p>			

ひなまつり

ひな祭りは『上巳(じょうし)の節句』とか、邪気をはらうという桃の花が咲く頃に行うので『桃の節句』と言われています。身の汚れや災いを人形に移して川に流し、厄払いをしたという古代中国の風習が平安時代に伝わり、上巳の節句という無病息災を願う日本の行事となりました。はじめは「流しびな」をしていましたが、江戸時代に、現代のような雛祭りが定着したと言われています。

