

3月



ようやく春の気配を感じられ

るようになりましたが、

空気は冷たく乾燥しています。

体調には注意が必要です。

今月の特別献立

ひな祭り

2 日 月 曜日

ひな祭り (振り替え)

4 日 水 曜日

お誕生日会

14 日 土 曜日

ホワイトデー

20 日 金 曜日

春分の日



ひな祭りは「桃の節句」ともいい、桃の花が咲く頃に女子の健康を祈る行事です。特別献立では昼食にご要望の多い「ひな散らし寿司」をご用意します。



3月の旬

落



数少ない日本原産の野菜です。独特のほろ苦さが春の訪れをつけているようです。

アスパラガス

太くて緑の濃いものがおいしい野菜です。疲労回復を助けるアスパラギン酸を多く含みます。

さくらえび

透明な体に光があたりと桜色に見えます。旨味成分とカルシウムが豊富です。