

3月の給食だより

寒さも緩み暖かな日差しに木々や花が芽吹き始め、春の訪れを感じる季節となりました。まだ肌寒い日が続きます、体調など崩さないように気を付けて下さい。

3月の主な献立

1日	ひな祭り
8日	手作りパン
13日	お誕生日会
14日	ホワイトデー
18日	お彼岸
26日	お花見弁当

A棟リクエスト

4日 かに風味サラダ

14日 ハムエッグ

27日 フレンチトースト



2月に提供したメニュー

バレンタインはシフォンケーキ



節分の海苔巻き

1本1本丁寧に...



リクエストのみそ煮込みうどん

～甘酒の栄養価～

3月1日のひな祭り献立では昼間食に甘酒を提供します。甘酒の元となる酒粕には人間の身体にとって不可欠なアミノ酸や、糖代謝に必要なビタミンB群、腸内環境を整える食物繊維など、種々の栄養素が含まれています。現在では、縁日など冬期に飲むイメージが強い甘酒ですが、江戸時代頃の日本ではその栄養価から疲労回復などの夏バテ予防としても用いられ、通年飲まれる

