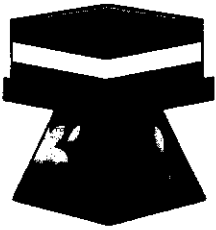


ランチメール

3がつ みっか きょうのこんだて

ごもくずし しょうゆまめ
すましじる ぎゅうにゅう



きょう 3月3日はひなまつりです。

「ももの節句」ともいい、ひな人形や

ももの花をかざり、女の子のすこやかな

成長と幸せをねがう日です。行事食として、ちらし

ずしやハマグリのお吸いもの、ひなあられなどを

食べる習かんがあります。きょうのきゅうしょくでは

いろいろな具を入れたごもくずしをつくりました。

季節のかわり目(節句)には体調をくずしやすく

なります。生活リズムをととのえて、これから迎える

春を元気にすごしましょう。



すましじるの
こまつなは
ふじさわさんです

