

にち	げつ	か	すい	もく	きん	ど
1	2 ★ 体 	3 ★ ひな祭り会	4 ☆ 誕生会 	5 ★ 保護者会/父母の会総会	6 ★	7
8	9 ★ 体 	10 ★ 卒園式総練習	11 ☆ お別れ会 	12 ☆ 午前保育(始) 	13 大掃除 	14 △ 卒園式 蕾・花・山 休園
15	16 △ 修了式 式典降園	17 △☆ 春休み(始) 春期保育①	18 △☆ 春期保育②	19 卒園式代休	20 春分の日	21
22	23 △☆ 春期保育③	24 △☆ 春期保育④	25 △☆ 春期保育⑤	26 △☆ 春期保育⑥	27 △☆ 春期保育⑦	28
29	30 △☆ 春期保育⑧	31 △☆ 春期保育⑨	1	2	3	4

体・・体操指導あり / 英・・英語指導あり / 手・・手話指導あり
 ★・・午後ポレポレ(午後の預かり保育)あり / △・・朝ポレポレ(朝の預かり保育)なし
 ☆・・延長ポレポレ(午後延長預かり保育)または、役員、係の託児あり

3

March

2026年 

月のこんだて

フルーツはイメージです。当日変更になる場合があります。

ひよこち
メキ
なのはな

菜の花の旬は春先、特に1月から3月が最もおいしいといわれています。店頭には11月から4月頃に出回りますが、寒さが厳しくなる冬を越すことで甘みが増し、風味が豊かになります。主な生産地は千葉県で、次いで徳島県、香川県、高知県となっています。菜の花には、カロテン、ビタミンC、ビタミンB1、ビタミンB2、葉酸などのビタミン類が豊富に含まれています。特にビタミンCは野菜の中でもトップクラスの含有量を誇ります。菜の花は「ごま和え」や「おかか和え」などの和え物、天ぷらや炒め物、パスタソースなどに利用できます。

<p>2(月)</p>  <p>MENU ●ポパイカレー ●フルーツ ●しろごはん</p> <p>エネルギー 461kcal たんぱく質 15.7g 脂質 11.6g</p>	<p>3(火)</p>  <p>MENU ●とんかつ ●フルーツ ●いなりふとまき</p> <p>エネルギー 417kcal たんぱく質 12.7g 脂質 1.4g</p>	<p>4(水)</p>  <p>MENU ●とりにくと ●ごぼうのみそいため ●フルーツ ●じゃこごはん</p> <p>エネルギー 385kcal たんぱく質 11.4g 脂質 1.1g</p>	<p>5(木)</p>  <p>MENU ●ほくほくコロケ ●フルーツ ●ひじきごはん</p> <p>エネルギー 412kcal たんぱく質 12.3g 脂質 1.4g</p>	<p>6(金)</p>  <p>MENU ●とろふハンバーグ ●フルーツ ●さけごはん</p> <p>エネルギー 297kcal たんぱく質 10.5g 脂質 1.6g</p>
<p>9(月)</p>  <p>MENU ●とりにくからあげ ●フルーツ ●こんぶごはん</p> <p>エネルギー 403kcal たんぱく質 10.4g 脂質 11.2g</p>	<p>10(火)</p>  <p>MENU ●さかなの いそふみやき ●フルーツ ●ぎょうしうれごはん</p> <p>エネルギー 401kcal たんぱく質 10.5g 脂質 1.0g</p>	<p>11(水)</p>  <p>MENU ●ハムカツ ●フルーツ ●じゃこごはん</p> <p>エネルギー 407kcal たんぱく質 12.1g 脂質 1.3g</p>	<p>12(木)</p>  <p>MENU ●ハッシュドポーク ●フルーツ ●しろごはん</p> <p>エネルギー 408kcal たんぱく質 10.3g 脂質 1.3g</p>	<p>13(金)</p>  <p>MENU ●オムレツ ●フルーツ ●カスタードロール</p> <p>エネルギー 414kcal たんぱく質 10.4g 脂質 12.6g</p>
<p>16(月)</p>  <p>MENU ●メンチカツ ●フルーツ ●ごましおごはん</p> <p>エネルギー 424kcal たんぱく質 12.9g 脂質 10.8g</p>	<p>17(火)</p>  <p>MENU ●とりにくのでりやき ●フルーツ ●じゃこごはん</p> <p>エネルギー 407kcal たんぱく質 10.4g 脂質 1.1g</p>	<p>18(水)</p>  <p>MENU ●デミ・ハンバーグ ●フルーツ ●ミルクパン</p> <p>エネルギー 438kcal たんぱく質 11.5g 脂質 1.2g</p>	<p>19(木)</p>  <p>MENU ●ポークカレー ●フルーツ ●しろごはん</p> <p>エネルギー 418kcal たんぱく質 11.7g 脂質 10.4g</p>	<p>20(金)</p> <p>しゅんぶんのひ 春分の日</p>

はるのおひがん
春分の日

春分の日を挟んで前後3日間、あわせて7日間を春のお彼岸と呼びます。今年2026年は3月20日の金曜日が春分の日です。3月17日火曜日が「彼岸入り」、20日金曜日が「中日」、3月23日月曜日が「彼岸明け」となります。お彼岸の定番なお供え物と言えば「おはぎ」と「ぼたもち」です。春に咲く「ぼたん」と秋に咲く「萩」から名前を取っておりますが、基本的に同じ餅菓子で、食べる時期によって名前が異なります。





FOOD ACTION NIPPON

みんなで食料自給率アップ!

ホームページ: FOOD ACTION NIPPON