

月	火	水	木	金	土 1日
3日	4日	5日	6日	7日	8日
10日	11日	12日	13日	14日	15日
17日	18日	19日	20日	21日	22日
24日	25日	26日	27日	28日	29日
31日					

平成26年

## 選べる おかずメニュー

<p>7日 金曜日</p> <p>A：チキンレモンあん</p> <p>B：さばのおろし煮</p>	<p>11日 火曜日</p> <p>A：しゃぶしゃぶ</p> <p>B：たらの磯辺焼き</p>	<p>17日 月曜日</p> <p>A：鶏唐揚げ</p> <p>B：スズキの西京焼き</p>	<p>27日 木曜日</p> <p>A：肉じゃが</p> <p>B：赤魚の塩焼き</p>
--------------------------------------------------	-------------------------------------------------	------------------------------------------------	----------------------------------------------

献立の内容に変更がある場合がございますのでご了承ください。

### アカハの語 その十一 ～ 桃の節句 ～

厳しい寒さも和らぎ、少しずつ春らしい気温になってきましたね。3月といえば「桃の節句」です。「女の子の節句」とも言われています。今回は「桃の節句」について、ご紹介します。

＜桃の節句の由来＞

桃の節句は、五節句のうちの一つであり、季節の節目に身のけがれを祓う大切な行事です。もともと桃の節句の由来は、中国からきています。平安時代に日本に伝わり、女の子の厄除けと健康祈願のお祝いとして行われていたものが、やがて広まったそうです。

～なぜ「桃」の節句？～

3月は桃の季節でもありますが、それだけで「桃の節句」になったわけではありません。昔から桃には邪気を祓う力があるとされ、様々な神事に取り入れられていたため、邪気祓いをする上巳の節句を桃の節句とも呼ぶようになったそうです。

＜桃の節句の行事食＞

今回は3日の献立にでる、ひなあられ・蛤のうしお汁についてご紹介します。

【ひなあられ】

その昔、ひな人形を持って野山や海辺へ出かけ、おひなさまに春の景色を見せてあげる「ひなの国見せ」という風習があり、春のごちそうと一緒にひなあられを持って行ったのが始まりで、菱餅を砕いて作ったという説もあります。ひなあられの色については、桃色が『魔よけ』、緑が『健康』、白が『清純』を表しているとしています。

【蛤のうしお汁】

蛤などの二枚貝は、対の貝殻しか絶対に合わないことから貞操を象徴し、何事にも相性の良い結婚相手と結ばれて、仲睦まじく過ごせることを願っています。

★お知らせ★

3月3日（月）・・・ひな祭り御膳