

# ハートピア故郷苑 給食だより ~3月号~

Sometimes☆

暖かい日も増え、春が近づいてますね。  
寒暖差が激しいので、体調に気を付けて元気に過ごしましょう。

## 3月3日は雛祭り



女の子の健やかな成長を願う伝統行事。

「桃の節句」とも呼ばれ、ひな人形に桜や桃の花などを飾ったり、ちらし寿司やひなあられを頂きます。

ひなあられって色がついてますよね。  
3色と4色でそれぞれ意味が違います！

### 【3色入りのもの】

赤(ピンク)...生命  
白...雪  
緑...木々の芽吹き

### 【4色入りのもの】

赤(ピンク)...春  
緑...夏  
黄色...秋  
白...冬



西田あいちゃん♡



お食事のことで何かありましたら  
いつでもお話下さい

栄養士 齋藤・中野