

News Letter

VOL.15

3/3は、桃の節句「ひな祭り」



発行日：2026.3.14(土)
作成者：栄養士 加藤 優希

「ひな祭り(桃の節句)」と言えば、女の子の健やかな成長を願う行事で、ひな人形の飾り付けやちらし寿司、蛤のお吸い物、ひなあられ、菱餅、桜餅が代表的です！その中で、「桜餅」についてお伝えします♪



「桜餅」の歴史・3月の旬食材



「桜餅」は、享保2年(1717年)の隅田川のほとりに建つ、長命寺の門番であった、「山本新六」が考案したのが始まりと言われています。

土手の大量の桜の落ち葉を利用できないかと考え、葉を塩漬けにして、餡入りの餅を葉で包んで売り出した所、評判となり、全国へと広まっていきました。

桜餅(関東)

小麦粉生地を円形に薄焼きにした物を二つ折りますまたは円筒状にし、横から餡が見える様にして、二し餡を包むのが主流。



桜餅(関西)

粒々とした道明寺粉を使って作る桜餅が主流。1000年以上も昔に、大阪府藤井寺市にある「道明寺」で初めて作られ、保存食として重宝されました。



3月の旬食材

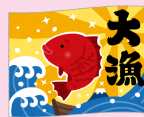
野菜…春キャベツ、筍、新玉ねぎ 等…



果物…苺、デコポン 等…



魚介…鯛、あさり、わかさぎ 等…



3,4月 食事イベント

ディサービス イベント

ワンプレートデザート→3/18(水)

ディサービス・ショートステイ

プレミアム食→4/11(土)

4/23(木)

行事食 →4/15(水)

イベント食 →4/21(火)

共通イベント

鯛めし御膳

特製 中華丼

筍ごはん/鶏の治部煮

釜飯「春」

