



きゅうしょくだより



H 2 6 . 3 厚生館保育園

今年度も残すところあと 1 ヶ月となりました。今年は大雪が降ったりと、春の訪れにはもう少し時間がかかりそうです。

この 1 年で、どのクラスも給食の食べる量がとても増え、体もぐんと大きくなりました。食材や料理の名前、果物の種類もたくさん覚えて、毎日楽しく食事をしています。



●今月の行事食

3日 【ひなまつり】 昼食 : ちらし寿司、鱈の西京焼き、菜の花のお浸し、潮汁
おやつ : 手作り桜餅、ひなあられ(幼児)

14日 【はと組お別れ会】 クラッカーカナッペ

今月ははと組さんのリクエストメニューです！

今年も担任の先生に、1 人 1 つ好きな給食、もう一度食べたい給食を聞いてもらいました。人気定番のカレーや唐揚げ、じゃがもちはもちろん、シフォンケーキやピザ、あじさいゼリーなどのおたのしみおやつが多くリクエストされました！

他にも前に延長番で出したことのあるミルクプリンなど、今年のはと組さんの記憶力に驚かされました。はと組さんにとって給食がいい思い出になる様、私達もはりきって作りたいと思います！

●今月のおすすめメニュー

<チキンソテー>

材料	(5 人分)
鶏もも肉	2 枚
にんにく、しょうが	各 1 片
(下味用) 醤油、みりん	各小 1
小麦粉	適量
☆醤油、みりん	各大 1
☆砂糖	小 2

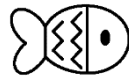
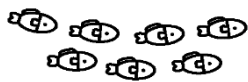
作り方

- ① にんにく、しょうがはすりおろす。鶏肉は一口大、または人数分に大きく切る。
- ② ボールに鶏肉、にんにく、しょうが、醤油、みりんを入れ、下味をつける。
- ③ ②の両面に小麦粉を薄くつける。☆を小鍋に入れ弱火で煮詰める。
- ④ フライパンに油を熱し、鶏肉を両面焼き色がつくまで焼いたら、ふたをして、弱火で中まで火を通す。
- ⑤ 焼きあがったらお皿に盛り、ソースをかける。できあがり♪

先月人気だったチキンソテー(^^*)
今月のリクエストで再び登場です☆

小麦粉はつけなくても
美味しく出来ます♪

先日は忙しい中、給食展
に足を運んでくれてあり
がありがとうございました！
普段ちゃんと話す機会が
少ないのでとても有意義
な時間でした◎



鮭の解体

給食の魚を持ってきてくれているお魚屋さんをお願いをして、鮭の解体をしてもらいま
した。丸々1匹の大きな鮭。初めて見る子が多くてみんな大興奮！
“おおきーい”、“すごーい” ととても興味津々に見ていました。
解体した鮭はお昼に鮭の南部焼きとして、焼いて食べました。

