

# きゅうしょくだより 4月

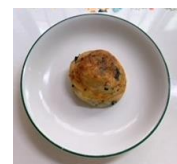
慶光保育園 給食室  
R4年 4月1日

月	火	水	木	金	土
 <b>今月のお弁当日</b> <b>13日（水）です。</b> 	<p><u>ご入園・ご進級おめでとうございます。</u></p> <p>給食室では、子ども達の健やかな成長を支えることができるように栄養満点の給食作りを心掛けています。また、食に関心をもってもらえるような食育活動も行っています。食育のブログも更新致しますので、ぜひご覧ください。</p>			<b>1</b> 	<b>2</b> ・焼きそば ・ゆで卵 ・果物 <hr/> ・ヨーグルト
<b>4</b> ・魚の甘酢ソースかけ ・厚揚げと蒟蒻の炒め物 ・果物 <hr/> ・醤油まんじゅう ・牛乳	<b>5</b> ・大豆入りかき揚げ ・胡瓜とわかめの酢の物 ・トマト <hr/> ・桜エビおにぎり ・牛乳	<b>6</b> ・春野菜カレー ・キャベツとツナのとえ物 ・果物 <hr/> ・ごぼうサブレ ・牛乳	<b>7</b> ・親子焼き ・野菜のセサミソース ・煮豆 ・果物 <hr/> ・春色蒸しパン ・牛乳	<b>8</b> ・ニラ豚 ・トマトと胡瓜のレモン醤油和え ・果物 <hr/> ・芋あん餃子 ・牛乳	<b>9</b> ・親子丼 ・味噌汁 ・果物 <hr/> ・せんべい
<b>11</b> ・豚肉のマーマレード焼き ・ひじきの中華サラダ ・スナップエンドウ ・トマト <hr/> ・骨太じゃがもち ・牛乳	<b>12</b> ・筑前煮 ・キャベツのごま和え ・果物 <hr/> ・フレンチトースト ・牛乳	<b>13 お弁当日</b> 	<b>14</b> ・レバーのみそ炒め ・ポテトサラダ ・トマト <hr/> ・ポムケーキ ・牛乳	<b>15</b> ・魚のムニエル ・花畑サラダ ・結び昆布 ・果物 <hr/> ・ウインナーロール ・牛乳	<b>16</b> ・ピザトースト ・コンソメスープ ・果物 <hr/> ・バームクーヘン
<b>18</b> ・炒り卵のミートソースかけ ・切干大根の煮物 ・レタス ・果物 <hr/> ・ほうれん草団子 ・牛乳	<b>19</b> ・凍り豆腐のそぼろ煮 ・小松菜のおかか和え ・トマト <hr/> ・フルーツヨーグルト ・牛乳	<b>20</b> ・魚のマヨネーズ焼き ・納豆とささみの和え物 ・人参甘煮 ・果物 <hr/> ・南瓜スコーン ・牛乳	<b>21</b> ・春野菜シチュー ・スナップエンドウとベーコンのソテー ・果物 <hr/> ・大豆とかえりの甘辛煮 ・牛乳	<b>22</b> ・チンジャオロース ・ちくわ入り煮昆布 ・かえり ・果物 <hr/> ・牛乳もち ・牛乳	<b>23</b> ・和風スパゲティー ・ゆで卵 ・果物 <hr/> ・クリームパン
<b>25</b> ・ツナじゃが ・野菜のゆかり和え ・果物 <hr/> ・あんバタートースト ・牛乳	<b>26</b> ・豆腐ハンバーグ ・わかめスパゲティー ・南瓜のミルク煮 ・トマト <hr/> ・竹の子おにぎり ・牛乳	<b>27</b> ・洋風かきたま汁 ・厚揚げとひじきの煮物 ・ししゃも ・果物 <hr/> ・米粉お好み焼き ・牛乳	<b>28 お誕生会</b> <b>お楽しみメニュー</b> 	<b>29</b> 	<b>30</b> ・じゃこチャーハン ・わかめスープ ・果物 <hr/> ・プリン

## レシピ：骨太じゃがもち

- |   |  |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>・じゃがいも 300 g</li> <li>・ちりめん 10 g</li> <li>・葱 5 g</li> <li>・チーズ 25 g</li> <li>・片栗粉 25 g</li> <li>・油 10 g</li> </ul> | <p>作り方</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>①じゃがいもは茹でて潰す。</li> <li>②潰したじゃがいもに、ちりめん・葱・チーズ・片栗粉を加えて混ぜ合わせる。</li> <li>③丸く成形する</li> <li>④フライパンに油をひき、こんがり色が付くまで焼く。</li> </ol> |
|---|--|

トースターでもOK!



※入荷の都合などにより、献立が変更になる場合があります。ご了承下さい。