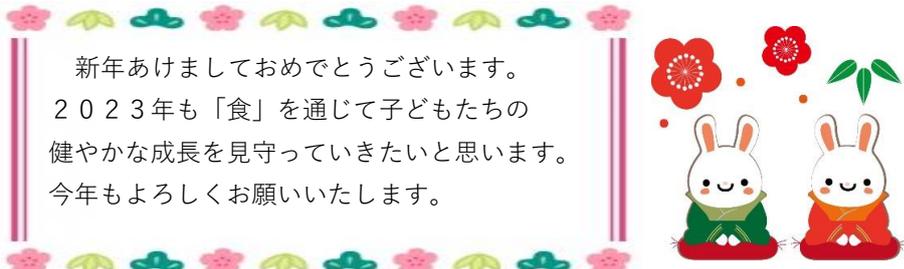


きゅうしょくだより 1月

慶光保育園 給食室
R4年 1月 4日

月	火	水	木	金	土
 <p>今月のお弁当日 11日（水）です。</p> 		<p>4</p> <ul style="list-style-type: none"> ・シチュー ・竹輪入り煮昆布 ・ゼリー 	<p>5</p> <ul style="list-style-type: none"> ・かき揚げ ・紅白なます ・ごまめ ・果物 	<p>6</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ほうれん草入り卵焼き ・ひじきときのこの洋風炒め ・果物 	<p>7</p> <ul style="list-style-type: none"> ・団子汁 ・果物
		<ul style="list-style-type: none"> ・パインクラッカー ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・マカロニあべかわ ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・七草おにぎり ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> カステラ
<p>9</p>  <p>成人の日</p>	<p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> ・魚のコーンフレーク焼き ・野菜の納豆和え ・人参甘煮 ・トマト 	<p>11 お弁当日</p> 	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> ・レンコン入りハンバーグ ・厚揚げと小松菜の胡麻味噌和え ・果物 	<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> ・高野豆腐の卵とじ ・野菜のゆかり和え ・果物 	<p>14</p> <ul style="list-style-type: none"> ・肉うどん ・ゆで卵 ・果物
		<ul style="list-style-type: none"> ・黒糖ちんすこう ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・わかめとしらすのポテト焼き ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・黄粉トースト ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・ヨーグルト
<p>16</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ぎせい豆腐 ・温野菜サラダ ・南瓜甘煮 ・トマト 	<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> ・鮭のカレームニエル ・揚げじゃがいものそばろ煮 ・ブロッコリー ・果物 	<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> ・レバーの甘辛煮 ・大豆サラダ ・果物 	<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ゴロゴロ野菜の卵焼き ・白菜とりんごのサラダ ・煮豆 ・トマト 	<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> ・厚揚げ麻婆 ・青菜のごま和え ・ししゃも ・果物 	<p>21</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ハヤシライス ・ゆで卵 ・果物
<ul style="list-style-type: none"> ・フルーツヨーグルト ・牛乳 		<ul style="list-style-type: none"> ・ほうれん草団子 ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・ふかし芋 ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・米粉のスノーボール ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・蓮根チップ ・牛乳
<p>23</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ニラ入りエビ団子 ・和風サラダ ・果物 	<p>24</p> <ul style="list-style-type: none"> ・石狩汁 ・蓮根の金平 ・果物 	<p>25</p> <ul style="list-style-type: none"> ・牛肉の柳川風 ・カブの酢和え ・かえり ・トマト 	<p>26</p> <ul style="list-style-type: none"> ・白雪ひじきの油炒め ・里芋のごまサラダ ・果物 	<p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> ・八宝菜 ・ツナとわかめの酢の物 ・焼南瓜 ・果物 	<p>28</p> <ul style="list-style-type: none"> ・三色丼 ・味噌汁 ・果物
<ul style="list-style-type: none"> ・切干大根おにぎり ・牛乳 		<ul style="list-style-type: none"> ・人参スコーン ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・豆乳もち ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・ジャムサンド ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・スイートポテトパイ ・牛乳
<p>30</p> <ul style="list-style-type: none"> ・魚のコキール風 ・薩摩芋と昆布の煮物 ・トマト 	<p>31 誕生日会 お楽しみメニュー</p> 	 <p>新年あけましておめでとうございます。 2023年も「食」を通じて子どもたちの健やかな成長を見守っていきたく思います。 今年もよろしくお願いいたします。</p>			
<ul style="list-style-type: none"> ・あんこ焼き ・牛乳 					

大豆サラダ

材料

- ・大豆水煮 1/2袋
- ・人参 25g
- ・胡瓜 125g
- ・コーン 25g

- マヨネーズ 25g
- 塩コショウ 少々

作り方

- ①野菜は大豆の大きさに合わせて、コロコロに切る
- ②野菜・大豆を茹でて、水気を切る
- ③マヨネーズ・塩コショウで味付けをする

プロセスチーズをコロコロに切って加えてもおいしいです♪