

きゅうしょくだより 4月

慶光保育園 給食室
R5年 3月31日

月	火	水	木	金	土
 <p>今月のお弁当 ありません。</p> 		<p><u>ご入園・ご進級おめでとうございます。</u> 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>			<p>1</p> <ul style="list-style-type: none"> ・グリーンピースご飯 ・和風かきたま汁 ・果物
<p>3 入園式・進級式</p> 	<p>4</p> <ul style="list-style-type: none"> ・豆腐とエビのケチャップ煮 ・小松菜のおかか和え ・果物 	<p>5</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ハンバーグ ・ツナとわかめのさっと煮 ・焼南瓜 ・トマト 	<p>6</p> <ul style="list-style-type: none"> ・肉じゃが ・野菜のゆかり和え ・ししゃも ・果物 	<p>7</p> <ul style="list-style-type: none"> ・魚のチーズフライ ・切干大根の煮つけ ・レタス ・果物 	<p>8</p> <ul style="list-style-type: none"> ・キャベツとツナのスパゲティー ・ゆで卵 ・果物
<p>10</p> <ul style="list-style-type: none"> ・春野菜カレー ・青梗菜のナムル ・果物 	<p>11</p> <ul style="list-style-type: none"> ・チーズオムレツ ・納豆とささみの和え物 ・かえり ・果物 	<p>12</p> <ul style="list-style-type: none"> ・豆腐のふわふわ揚げ ・胡瓜とわかめの酢の物 ・果物 	<p>13</p> <ul style="list-style-type: none"> ・煮魚 ・アスパラとベーコンの炒め煮 ・南瓜の甘煮 ・果物 	<p>14</p> <ul style="list-style-type: none"> ・五目豆 ・野菜のオーロラ和え ・トマト 	<p>15</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ハヤシライス ・ミニコロッケ ・果物
<ul style="list-style-type: none"> ・豆腐のチーズケーキ ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・塩クッキー ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・メルティーフレーク ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・黄粉団子 ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・フルーツヨーグルト ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・クリームパン
<p>17</p> <ul style="list-style-type: none"> ・レバーの甘辛煮 ・大豆サラダ ・果物 	<p>18</p> <ul style="list-style-type: none"> ・キッシュ風卵焼き ・厚揚げの煮物 ・果物 	<p>19</p> <ul style="list-style-type: none"> ・魚のムニエル ・春雨の酢の物 ・煮豆 ・トマト 	<p>20</p> <ul style="list-style-type: none"> ・豆腐の松風焼 ・肉と野菜の変わり金平 ・果物 	<p>21</p> <ul style="list-style-type: none"> ・タンドリーチキン ・トマトと胡瓜のレモン醤油和え ・磯粉吹 ・果物 	<p>22</p> <ul style="list-style-type: none"> ・じゃこチャーハン ・オニオンスープ ・果物
<ul style="list-style-type: none"> ・チョコスティックパン ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・やせうま ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・骨太じゃが餅 ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・桜色蒸しパン ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・黒ゴマラスク ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・菓子
<p>24</p> <ul style="list-style-type: none"> ・魚の南蛮漬け ・ニラ玉 ・人参甘煮 ・果物 	<p>25</p> <ul style="list-style-type: none"> ・凍り豆腐のそぼろ煮 ・切昆布とツナのサラダ ・果物 	<p>26</p> <ul style="list-style-type: none"> ・豚肉のマーマレード焼き ・ひじきとハムの中華サラダ ・スナップエンドウ ・果物 	<p>27</p> <ul style="list-style-type: none"> ・コーン入り豆乳卵スープ ・ごぼうの金平 ・トマト 	<p>28 誕生日会</p> <p>お楽しみメニュー</p> 	<p>29 昭和の日</p> 
<ul style="list-style-type: none"> ・焼き芋 ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・牛乳もち ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・鮭おにぎり ・牛乳 	<ul style="list-style-type: none"> ・キャロットケーキ ・牛乳 		

レシピ：骨太じゃがもち (5個)

- ・じゃがいも 300g (中くらいの大きさ2個)
- ・ちりめん 10g
- ・小葱 5g
- ・チーズ 25g
- ・片栗粉 25g
- ・油 少々

作り方

- ①じゃがいもは茹でて潰す。
- ②小葱は小口切りにする。
- ③じゃがいも・ちりめん・小葱・チーズを捏ね合わせる。
- ④手に油をつけて、丸く成形する。
- ⑤トースターで焼き色が付くまで焼く。

※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。