



3月給食だより

令和 3年2月26日 亀田保育園

予定献立表

今月の目標
大きくなった喜びを味わう。

厳しい寒さも少しずつ和らぎ、日も少しずつ長くなり、暖かい春はもう直ぐそこまで来ています。本年度も最後の月となりました。
子ども達も一年間様々な活動を通して体も心も大きく成長し、給食でも苦手な物も頑張って食べる姿が見受けられます。子ども達からの「今日の給食美味しかった～」の一言は私たちの励みになっています。ひまわり組さんにとっては保育園での給食は残り少なくなってきました。卒園してからも「保育園の給食美味しかったな～」と思いついて出してもらえたら嬉しいです。

ごはんはパワーと健康のもと

鶏肉のごま照り焼き

<材料> ・鶏もも肉・・・1枚 ・塩コショウ・・・少々 ・ごま油・・・小さじ1 (ゴマ照りだれ) ・酒 大さじ1 ・みりん 大さじ2 ・砂糖 小さじ1
・しょうゆ 大さじ2 ・卸にんにく 小さじ1/2 ・卸生姜 小さじ1/2
・白すりごま 大さじ2

<作り方>

- ・鶏肉は一口大に切り、塩コショウする。
- ・ボウルに調味料を入れて混ぜ合わせる(ゴマ照りだれ)
- ・フライパンにごま油を入れて熱し、鶏肉を皮目を下にし中火で焼き目がつくまで焼き焼き色がついたら裏返し5～6分焼く
- ・たれを加えて中火で加熱し、とろみがついたら火を止める。

月	火	水	木	金
1 1 ハムフライ 豚肉と大根の炒り煮 寄席豆腐汁 果物 トマト	2 2 春巻き シーザーサラダ 水菜のスープ ゼリー チーズ	3 3 【おひな様会】 お楽しみに！ おにぎりデー	4 4 塩ラーメン 白身魚のフリッター サラダ 果物 じゃが芋バター煮	5 5 カレー肉じゃが ミニソーセージドック 小松菜のみそ汁 果物 ジャムパン
8 8 メンチカツ 春雨サラダ 豆腐のみそ汁 果物 煮豆	9 9 【お誕生会】 お楽しみに！	10 10 ポテトミートグラタン フレンチサラダ 白菜スープ ゼリー おにぎりデー	11 11 うどん汁 餃子 すき昆布の炒め煮 ヨーグルト さつま芋煮	12 12 【お別れ会】 お楽しみに！ ジャムパン
15 15 鶏肉のごま照り焼き つぼ漬け和え わかめスープ 果物 ゆでブロッコリー	16 16 ちくわの磯辺揚げ 磯和え なめこのみそ汁 果物 南瓜煮	17 17 高野豆腐の揚げ煮 レタスサラダ ミネストローネ フルーチェ おにぎりデー	18 18 醤油ラーメン たこ焼き風ナゲット ポテトサラダ 果物 ゆで卵	19 19 【卒園式】 スパニッシュオムレツ コールスローサラダ コーンスープ ゼリー ジャムパン
22 22 チキンカツ 野菜炒め 大根のみそ汁 果物 トマト	23 23 鰯の梅煮 切干大根煮 ほうれん草のみそ汁 果物 マッシュポテト	24 24 思い出遠足 (2歳児～5歳児) 0,1歳児給食有り おにぎりデー	25 25 きつねうどん 真砂揚げ 大根サラダ 果物 煮豆	26 26 シュウマイ マセドアンサラダ ワンタンスープ 果物 ジャムパン
29 29 ハヤシライス フルーツヨーグルト チーズ	30 30 あじのサンガ焼き もやしのナムル 野菜スープ ゼリー 鮭フレーク	31 31 鶏の塩麴焼き 三色和え わかめの味噌汁 果物 ゆでブロッコリー		

※食材等の都合で献立が変更になる場合がございます。ご了承下さい。
※点線外は3歳未満児の追加食品です。
※土曜日は卵焼き・具沢山汁・浅漬け・煮豆・牛乳・フルーツです。