



# いちごキッチンおやつのメニュー



2・16日

チュロス  
牛乳



3日

♥カルピスゼリー  
ひなあられ  
牛乳



4・19日

焼うどん  
牛乳



5・18日

♥切り干し大根  
おにぎり  
牛乳



6日・30日

♥野菜もち  
牛乳



9・23日

きなこプリン  
牛乳



10日

ミルクコップ  
牛乳



11・25日

♥スイート  
ポテト  
牛乳



12日

♥チャーハン  
牛乳



13・27日

♥いちご  
スティック  
牛乳



17日・31日

♥じゃこ  
トースト  
牛乳



## リクエストレシピ① 「ポテトサラダ」 材料 (約大人2人・子ども2人分)

**食材** じゃがいも中サイズ2個、にんじん中サイズ1本、きゅうり中サイズ1本半、北海道コーン缶大さじ2杯程度、りんご1/3個ぐらい、マヨネーズ大さじ1~3、※マヨネーズを減らしてフレンチドレッシングを混ぜています。・フレンチドレッシング目安 (酢大さじ1 油大さじ1、砂糖 小さじ1/2、塩 ひとつまみ (約0.5g))

### 作り方

- 1 じゃがいもを2cm角に切ってゆで、つぶす。
- 2 きゅうりを半月切り、にんじんをいちょう切りにしてゆでる。コーンもゆでる。(保育園ではきゅうりも軽くゆでています)
- 3 りんごをいちょう切りにする。
- 5 1~3をマヨネーズやフレンチドレッシング、お好みで塩であえて仕上げる

## リクエストレシピ② おやつの「じゃこトースト」

**食材** 食パン6枚切り3枚、しらす大さじ山盛り1杯、マヨネーズ大さじ1.5 粉チーズ小さじ1と1/2、青のり小さじ1強

### 作り方

- 1 食パンを半分に切る。
- 2 しらす干し、マヨネーズ、粉チーズ、青のりを混ぜて1に薄く塗りつける。
- 3 トースターで焼く。



## いちごキッチン3月のメニュー



卒園おめでとう企画♡マークはいちご組さんからのリクエストメニューです♡  
みんなで楽しく美味しく食べながら、給食の思い出を増やしてね!

2日・16日

ごはん、♡大根の味噌汁  
肉じゃが、チンゲンサイのしらす  
サラダ、りんご

3日 ひなまつりメニュー

ちらし寿司(軟飯)、すまし汁  
鶏のからあげ、ポテトサラダ

4日・19日

ごはん、♡切り干し大根の味噌汁  
鮭の酒蒸し、ひじきの煮物  
オレンジ

5日・18日

ロールパン、♡オニオンスープ  
ポークビーンズ  
ゆでブロッコリー、♡パイン缶

6日・17日

ごはん、♡かぼちゃのみそ汁  
さばのリンゴソース  
ほうれん草の塩ごまあえ

9日・23日

ごはん、♡五目みそ汁  
♡鮭の塩焼き  
♡きんぴらごぼう、♡りんご

10日・31日

ごはん、わかめスープ  
♡マーボー豆腐  
さつま芋のしモン煮♡パイン缶

11日・25日

ごはん、♡小松菜の味噌汁  
カジキの甘から焼き  
切り干し大根のサラダ、オレンジ

12日・26日

ロールパン、コーンスープ  
♡鶏肉のマーマレード焼き  
♡キャベツとリンゴのサラダ

13日

ごはん、♡けんちん汁  
♡ぶりの照り焼き  
菜花とキャベツのごまあえ  
バナナ

27日

ごはん、♡けんちん汁  
♡ぶりの照り焼き  
菜花とキャベツのごまあえ

30日

非常食アルファ米(五目御飯)  
豆腐のすまし汁  
鮭と切り干し大根のあんかけ  
ブロッコリーのごまあえ

7日(土曜日)

チャーハン、豆腐スープ  
ゆで野菜、果物

14日(土曜日)

ケチャップライス、コーンスープ  
ゆで野菜、果物

21日(土曜日)

焼きそば、わかめスープ  
ゆで野菜、果物

24日 おわかれランチ

♡ドライカレー

♡オニオンスープ

♡ポテトサラダ

♡ヨーグルト

おやつはお祝いスペシャル〇〇〇