

3月 給食だより

今年度も終わりに近づいてきました。この一年間で給食を食べる量も多くなり、子どもたちの体も大きくなりました。
年長児はあと1ヵ月で卒園です。楽しい給食の思い出とともに卒園の時を迎えてほしいと願っています。

保育センターのりす組～ぞう組、ぽぷら保育園のにじ組～つばさ組の子どもたちは5日(木)、お弁当をもって遠足に出掛けます。
大好きなお家の方に作ってもらったお弁当は、子どもにとって格別嬉しいものです。子どもの喜ぶ顔を思い浮かべながら準備していただければ幸いです。

楽しいお弁当

①食べきれぬぐらいの量にしましょう。



②主食・主菜・副菜を同じぐらいの分量ずつ入れましょう。



③しっかり加熱調理したものを、冷ましてから詰めてふたをしめましょう。

給食レシピ紹介《鶏の三色和え》

〈材料(g)〉 (幼児1食分)

鶏肉	40	片栗粉	3	しょうゆ	2
塩	0.1	人参	8	砂糖	3
酒	0.5	ほうれん草	12	パイン缶汁	4
生姜	1	パイン缶詰	7	油	2.5

- ①鶏肉に塩・酒・生姜の絞り汁で下味を付ける。
- ②①に片栗粉をまぶし、180度の油で中に火が通るまで揚げる。
- ③人参は、いちょう切りにして茹でる。パイン缶詰め、ほうれん草は一口大に切る。
- ④砂糖・しょうゆ・パイン缶汁を合わせて火にかけて砂糖を溶かし、人参、パイン缶、ほうれん草を入れる。
- ⑤④に揚げた鶏肉を絡めて出来上がり！