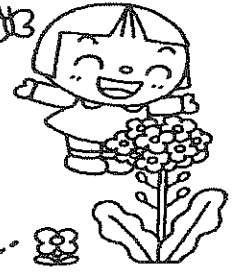


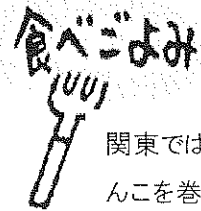


3月の給食だより



2023年2月28日 ひまわりやすにしこども園

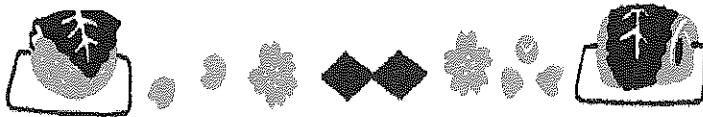
早いもので今年度も最後の月となりました。この一年で心も体も大きく成長したことと思います。苦手だった食べ物が食べれるようになったり、箸が持てるようになったりと、食を通じた成長が来年度も楽しみです☆



春といえば桜餅

お花見の季節にぴったりの桜餅。

関東では、クレープのような薄い焼き皮の生地であんこを巻いた形が定番です。江戸時代、江戸の長明寺の門番が桜の葉を塩漬けにして、生地にくるんで売ったのが始まりで、別名「長明寺」とも呼ばれます。一方、関西では、もち米を使った、つぶつぶした食感の生地で、あんこを包む形が一般的。道明寺粉を使うことから、「道明寺」とも呼ばれています。こども園では、ひな祭り会の日のおやつに関西風の桜餅を食べる予定です。



ゆり組のみんなへ

いつも「今日の給食とっても美味しかった！」「おかわりいっぱいしたよ！」と声をかけてくれたゆり組さん。みんなの喜んでくれる姿に、給食先生はたくさんパワーをもらいました。

保育園で給食を食べるのも残りあとわずか。保育園の味が思い出になるよう、今月はゆり組さんのリクエストを多く取り入れた献立になっています。お楽しみに♪



ゆり組さんからのリクエスト「鶏肉のみぞれ煮」のレシピです

さっぱり食べることが出来るのでぜひ作ってみてください！！



材料〈大人2人分＝子ども3人分〉

鶏もも肉・・・120g

塩・・・0.3g(ひとつまみ)

片栗粉・・・7.5g(大さじ1弱)

大根・・・6g

水・・・14g(大さじ1弱)

醤油・・・4.5g(小さじ1弱)

砂糖・・・1.2g(小さじ1/2)

酒・・・1.5g(小さじ1/3)

ねぎ・・・5g

【作り方】

- ① 鶏肉は一口大に切り、塩を揉みこみ、片栗粉をまぶす。
- ② 180℃のオーブンで15分焼く。
※オーブンがない場合、フライパンで代用可能！
- ③ 大根はおろして、鍋に調味料と一緒にに入れて、煮立たせ、みぞれダレを作る。
- ④ 焼いたお肉をお皿に盛り付け、みぞれダレ、小口切りにした、ねぎを散らす。