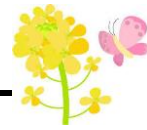


令和2年



予定献立表



滝尾保育園

日	曜日	献立名	3時のおやつ
2	月	豚肉のマーマレード焼き トマトスープ ジャがチーズ キウイ	ソーセージドッグ
3	火	ちらし寿司 エビのコーンフレーク揚げ 豆腐のすまし汁 春雨のチャブチェ いちご	マドレーヌ
4	水	魚の味噌煮 もやし中華スープ 海藻サラダ オレンジ	フルーツ牛乳寒天
5	木	タンドリーチキン 大根の味噌汁 野菜炒め りんご	いも餅
6	金	まり揚げ 南瓜の味噌汁 コールスローサラダ バナナ	人参ジャムサンド
7	土	団子汁 おにぎり みかん	スイートポテト
9	月	魚の塩焼き 人参のポタージュ ひじきの華風和え キウイ	たかなおにぎり
10	火	レバーと野菜の甘味噌がらめ わかめのすまし汁 南瓜サラダ りんご	黒ゴマスコーン
11	水	ロールパン ピザ風卵焼き ジャが芋の味噌汁 野菜のじゃこ和え いちご	利休白玉団子
12	木	鶏肉のごま照り焼き シチュー 大豆入り煮昆布 オレンジ	トマト蒸しパン
13	金	お別れ遠足	いちごミルクマフィン
14	土	焼きカレーパン 中華スープ バナナ	竹輪の磯辺揚げ
16	月	巣ごもり卵 さつま芋の味噌汁 ごぼうの金平 キウイ	黄粉クッキー
17	火	メープルサーモングリル キャベツの味噌汁 ひじきとチーズのサラダ りんご	フライドポテト
18	水	コロコロ麻婆豆腐 かきたま汁 ししゃも オレンジ	ナポリタン
19	木	すき焼き風煮 ほうれん草の味噌汁 蒸し南瓜 いちご	ぼたもち
21	土	チキンライス コーンスープ バナナ	ほうれん草入りホットケーキ
23	月	魚のかば焼き風 竹輪と小松菜の味噌汁 マカロニサラダ キウイ	もちもち人参ドーナツ
24	火	豆腐の中華煮 白菜の味噌汁 春雨サラダ オレンジ	焼き芋
25	水	丸パン ヒレカツ ひじきの炒め煮 コンソメスープ いちご	チーズクッキー
26	木	ハンバーグ 切干大根の味噌汁 ブロッコリーのツナ和え みかん	豆乳もち
27	金	ウインナー入りスクランブルエッグ 豆腐の味噌汁 カレーポテト りんご	南瓜ケーキ
28	土	卒園式 (パン、牛乳、バナナ)	
30	月	春野菜カレー ゆで卵 ドレッシングサラダ キウイ	けんちんうどん
31	火	魚のコーンマヨ焼き 里芋の味噌汁 切昆布の当座煮 オレンジ	五平餅風おにぎり

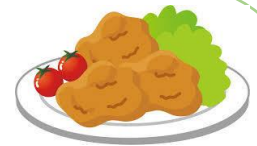
一年間を振り返って

早いもので今年度も残り一か月となりました。一年間を通して、園では、絵本の中のたべものを再現したり、季節の野菜を育てクラスのみんなで食べたり、調理実習でホットケーキやおにぎりなど作って食べました。

様々な食育を通して、たくさんの成長が見られました。給食室の大きな窓から見る子どもたちの笑顔、成長ぶりに毎日たくさんの元気をもらっています。これからも、安心安全でおいしい給食を心がけ、子どもたちの成長を見守っていきたいと思います。一年間ご協力、ありがとうございました。

今月のおすすめレシピ

タンドリーチキン



材料（4人分）

- 鶏もも肉から揚げ用・・・12切れ
- プレーンヨーグルト・・・大さじ1
- ケチャップ・・・大さじ1
- しょうゆ・・・小さじ2
- 砂糖・・・小さじ1
- カレー粉・・・少々

作り方

- 1、鶏肉に塩こしょうをする
- 2、調味料をすべて混ぜ合わせ、鶏肉を漬け込む
- 3、しばらく漬け込んだ鶏肉を、180度に予熱したオーブンで15分から20分焼く
または、フライパンで焦げないように焼いてもよいです
- 4、皿に盛り付けて、できあがり

鶏肉の代わりに、サーモンなどの白身魚や豚肉などおいしいです。
ヨーグルトが少し余った時にいかがですか。

