



3月のきゅうしょくだより



月	火	水	木	金	土
2 ツナ入り卵焼き コールスローサラダ コンソメスープ みるくもち	3 てまり寿司 鶏の照り焼き 小松菜の磯和え 野菜の香り揚げ ひな祭り三色だんご	4 魚のソース揚げ 焼きビーフン ほうれん草のきのこ和え フルーツヨーグルト	5 シーフードカレー 大根サラダ 刻み昆布の煮物 キャラメルポップコーン	6 豚肉の生姜炒め 小松菜のおかか和え 豆腐の味噌汁 簡単メロンパン	7 野菜ナポリタンスパゲッティ ポテトスープ ジャムサンド
9 チャプチェ もやしのナムル 中華スープ レーズンケーキ	10 焼きそば 小松菜のごま和え じゃが芋の煮物 抹茶蒸しパン	11 魚の梅煮 切り干し大根の煮物 納豆和え オレンジゼリー	12 なかよし遠足  パンプティング	13 オムレツ 梅ポテト ブロッコリーサラダ ドーナツ	14 豚肉の生姜焼き丼 じゃが芋の味噌汁 ココアスティックパン
16 高野豆腐の卵とし きゅうりの酢の物 小松菜の味噌汁 ハムチーズマフィン	17 しょうゆラーメン コロコロポテト ほうれん草のツナ和え ぴょんぴょんご飯	18 魚のかば焼き きんぴらごぼう かきたま汁 お好み焼き	19 誕生日会 枝豆とじゃごご飯  ハンバーグ ポテトサラダ チンゲン菜のソテー 誕生児 ガトーショコラ風ケーキ ピザトースト	20 春分の日  シュガートースト	21 肉うどん じゃが芋の煮物 シュガートースト
23 ヤンニョムチキン チンゲン菜と ベーコンのソテー りっちゃんの元気サラダ マカロニきな粉和え	24 カレーうどん スクランブルエッグ 海藻サラダ ぶどうゼリー	25 魚のフライオムライスがけ ハンサンスー ジャーマンポテト ツナトースト	26 マーボー豆腐 春雨サラダ 鶏レバーの中華炒め きな粉豆乳フレンチトースト	27 千草焼き ほうれん草の白あえ 豚汁  手作りパン	28 卒園式 
30 豆腐ステーキの肉みそ きゅうりとわかめの酢の物 あらめの煮物 ココア蒸しパン	31 鶏の唐揚げ 小松菜のじゃこ和え 春雨のスープ チェルシートースト	<div data-bbox="856 1733 1934 2030" data-label="Text"> <p>献立表の  『絵本に出てくるメニュー』です</p> <p>18日：「こなもん屋馬子」 お好み焼き</p> <p>19日：「マルゲリータのまるちゃん」 ピザトースト</p> </div>			



3月12日（木）は、
なかよし遠足の日です！
お弁当の準備をお願いします。



給食のレシピが知りたい！
などありましたら
お気軽に栄養士に
お声がけください！

☆給食室より☆

＜幼児組に大人気！キャラメルポップコーンの作り方＞

- 材料
- ・ポップコーン種 15g
 - ・油 5g
 - ・バター 15g
 - ・砂糖 15g



作り方

- ①フライパンに油をひき(弱火)でポップコーンの種を入れ、蓋をする
- ②ポンポンと音が鳴り出すので、蓋をしたままフライパンを揺らす
- ③音が静まってきたら、蓋を開け出来上がったポップコーンをボウルに入れる
- ④別のフライパンにバターと砂糖を入れる
- ⑤弱火でフライパンを熱しながら、バターと砂糖を溶かす
※フライパンを揺らしながら溶かす。混ぜない！触らない！
- ⑥茶色く色づくまでフライパンを揺らす
- ⑦茶色く色付いたら③のポップコーンを入れて、全体に絡まるように混ぜる