

# 3月

## 給食だよ!



令和6年2月29日発行



さわやかな風が庭を駆け巡り、暖かい春の便りが届きました。日なたにいと、ポカポカしてとても気持ちよく過ごせます。

あっという間に1年が過ぎ、気づけばもう3月。子どもたちみんな、4月からすると本当に成長を感じられる場面も増えたように思います。私自身もそんな子どもたちに沢山励まされました。

今年度もお世話になりました。ありがとうございました。

### ☆ゆり組さん リクエストメニュー☆

3月の献立には、卒園するゆり組さん6名がリクエストしてくれた料理や、おやつを取り入れています。記載していないメニューもありますが、取り入れるように計画していますのでお楽しみに！献立表の中からぜひ探してみてくださいね！

はるとくん…鮭チャーハン、ホットケーキ  
あおとくん…カレーライス、チョコクッキー  
さんじくくん…チキンソテー、りんごゼリー  
さくちゃん…鶏肉の唐揚げ、フライドポテト  
めいちゃん…ハンバーグ、いちごとバナナ  
あいらちゃん…お魚の揚げ煮とごはん、いちごクレープ



### ☆赤魚のみそだれがけ☆

今回は、赤魚のみそだれがけを紹介します！みそだれには胡麻も入れるため、胡麻の風味が良く、美味しいですよ(\*^^\*)良かったら試してみてくださいね！



材料	分量
赤魚切り身	4切
片栗粉	大さじ2
☆米味噌か麦みそ	小さじ2
☆砂糖	小さじ1
☆みりん	小さじ1
☆濃口醤油	2~3滴
☆水	20mL
☆すりごま	大さじ1

- ① ☆で記した調味料類を鍋に入れ、混ぜ合わせて加熱する。
- ② 赤魚は片栗粉をつける。(赤魚はできれば骨抜き切り身の方が食べやすいです)
- ③ フライパンに油を入れて中火で熱し、片栗粉を付けた赤魚を、両面に色がつくまで揚げる。
- ④ 油切りし、お皿に盛り付けてから、みそだれをかける。

### ☆節分メニュー・おやつ & バレンタインおやつ☆



- 鬼さんケチャップライス
- 大根サラダ
- 大豆入りコンソメスープ
- もも



- 恵方巻風  
フルーツロール



- ハートのクッキー  
(プレーン&ココア)

