



ひなまつり



3月3日(金)にひなまつり給食をしました。ひなまつりの食べ物であるひしもちをイメージしたごはん、春の食材の菜の花が入ったたまご焼き、キャベツの塩昆布和えとかわいい手まり麩のすまし汁、おやつにはひなあられを食べて、ひなまつりを楽しむだけでなく春の訪れを感じました。



桃色はさくらでんぶを混ぜたごはん、白は酢飯、緑は青のりと塩を混ぜたごはんです♪



うめ組は個々のごはんの固さに合わせて手まり寿司風にしました。



おやつはひなあられ♪



今年度は「日本の行事食」をテーマに、給食やおやつを通して子どもたちに食育をしてきました。外国の行事や文化が日本でも浸透してきている今だからこそ、子どもたちに日本の伝統を知ってもらいたいと思いました。子どもたちは毎月興味を持って話を聞き、楽しそうに食べていました。



3月のだいすきメニュー



今月はふじ組のリクエスト給食で子どもたちのだいすきなものばかりだったので、ふじ組

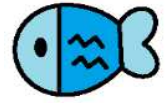
●カレイのオーロラ焼き

材料:カレイ(30~40g)1切れ、ケチャップ小さじ1、マヨネーズ小さじ1、砂糖小さじ1/4

作り方:1. 調味料を合せてカレイに塗ります。

2. 180℃のオーブンで火が通るまで焼いたらできあがりです♪

※フライパンで焼く場合は焦げやすいので火加減に注意してください。



●たらグラタン

材料:たら(30~40g)1切れ、玉ねぎ1/8個、人参4cm程度、しめじ5g、マカロニ15g(茹でておきます)、バター5g、牛乳50cc、コンソメ 少々、小麦粉 適量、とろけるチーズ お好み量、油 適量

作り方:1. 玉ねぎ、人参、しめじを食べやすい大きさに切ります。

2. フライパンに油を熱し、1を炒めます。しんなりしてきたら、たらを入れて身をほぐしながら炒めます。

3. 2に牛乳、バターを入れてひと煮立ちさせます。コンソメを入れて味を調えたら、茹でておいたマカロニを入れます。

4. 小麦粉を水で溶き、ダマを潰すように混ぜドロットとしているくらいの粘度にします。

5. 3に4を少しずつ入れてとろみをつけます。全体が軽くまとまるまでとろみがついたらひと煮立ちさせ、耐熱皿に移し、チーズをかけてオーブンやトースターで焼きます。表面がこんがりしてきたらできあがりです。

●マシュマロクッキー

材料:クッキー2枚、マシュマロ1個

作り方:1. クッキーにマシュマロを乗せて、電子レンジでマシュマロが少し膨らむまで加熱します。

紹介メニュー



今年度の6月の嗜好調査で保護者の方から頂いた、おうちのおすすめレシピの中で給食では取り入れることができなかったメニュー名をご紹介します♪

●鶏手羽元の煮込み…鶏手羽元とうずらの卵の煮込みです。

●鶏と野菜の甘酢炒め…揚げ焼きした鶏肉とたっぷり野菜の甘酢炒めです。

●鶏の照り焼き…みんなの大好きな鶏肉料理です。

●野菜の肉団子…野菜を細かく刻んで混ぜ込んだ肉団子です。

●じゃがいものミルクフィッシュ…千切りにしたじゃがいもにチーズやベーコンを乗せてフライパンで焼きます。

●ひきわり納豆ぎょうざ…納豆、ひき肉、玉ねぎの入ったぎょうざです。

●キャベツのサラダ…キャベツ、カニカマ、ハムの入ったマヨネーズ味のサラダです。

●もも肉のトマト煮…鶏もも肉と野菜のトマト煮です。

●なすの蒲焼き…焼いたなすと鶏肉を蒲焼きのタレで味をつけます。

●じゃがいもの甘辛焼き…片栗粉をまぶして焼いたじゃがいもをマヨネーズ、砂糖、しょうゆに絡めます。

●ピーマンの肉詰め…ピーマンの肉詰めを焼いた後に味をつけてから煮て、最後にとろみをつけます。

●トマトスープ…ウインナーとたっぷり野菜のトマトスープです。

●ポテトサラダ…マヨネーズではなく、チーズを混ぜ込むポテトサラダです。

●鶏肉のトマト煮…鶏肉、ねぎ、トマトを使い、隠し味にケチャップと砂糖を入れます。