



5月夕飯献立

2019. 5. 7
たかさご保育園 キッチン

7, 21 (火)	ふりかけにぎり 7日 ウインナー入り野菜炒め 21日 肉野菜入りカレー炒め	7日 ウインナー キャベツ 人参 玉ねぎ 21日 豚肉 人参 玉ねぎ ジャガイモ
8, 22 (水)	豚そぼろにぎり 豆腐の和風あんかけ	豆腐 長ねぎ しめじ 人参
9, 23 (木)	塩こんぶにぎり 煮魚 味噌汁	かじき 玉ねぎ わかめ
10, 24 (金)	カレーパン ポークケチャップ	豚肉 玉ねぎ ケチャップ
13, 27 (月)	茶めしにぎり 鶏のからあげ 味噌汁	鶏肉 キャベツ 人参
14, 28 (火)	鮭にぎり ひき肉と春雨の炒め物	春雨 豚ひき肉 人参 玉ねぎ キャベツ
15, 29 (水)	ふりかけにぎり もやしつくね	鶏ひき肉 もやし 味噌 ごま油
16, 30 (木)	おかめにぎり 魚の照り焼 味噌汁	おひょう ジャガイモ 玉ねぎ
17, 31 (金)	メープルパン ジャーマンポテト	ジャガイモ 玉ねぎ コーン ウインナー
20 (月)	ごま塩にぎり 鶏肉とじゃが芋の甘辛煮	ジャガイモ 鶏肉

※都合によりメニュー・材料が変更になる場合があります。

夕食おすすめメニュー 鶏肉とじゃが芋の甘辛煮

作り方

- ① 鶏肉は一口大にカットし、お酒をふりかけておく
- ② ジャガイモは、1～2cm角に切っておく
- ③ 鍋に油をひき、①の鶏肉を炒め、周りの色が変わったら水を入れる
- ④ 沸騰してきたら、砂糖、醤油、みりん で味をつけ、じゃが芋を入れて煮る
- ⑤ ジャガイモに味がしみ込んだら出来上がり

子どもたちにとっても人気のメニューです♪

ジャガイモの代わりに大根でも美味しくできますので、ご家庭でも試してみてください。