

2月夕飯献立

2023. 2. 1

たかさご保育園 キッチン

1・15(水)	塩こんぶにぎり 豆腐の和風あんかけ	豆腐 玉ねぎ 人参 いんげん
2・16(木)	おかゆにぎり 煮魚 味噌汁	おひょう 大根 人参
3・17(金)	ごまおにぎり 豚肉のしょうが焼き	豚肉 玉ねぎ 生姜
6・20(月)	ふりかけにぎり 肉豆腐	豆腐 豚肉 長ねぎ
7・21(火)	茶めしにぎり 鶏肉とじゃがいもの甘辛煮	鶏肉 じゃがいも
8・22(水)	塩むすび 魚のいそべ揚げ 味噌汁	かじき 小麦粉 青のり えのき キャベツ
9 (木)	ごま塩にぎり 肉入り野菜炒めカレー風味	豚肉 玉ねぎ 人参 もやし カレー粉
10・24(金)	豚そぼろにぎり 春雨ソテー	ベーコン 春雨 玉ねぎ 人参
13・27(月)	ふりかけにぎり ツナとじゃがいものオープン焼き	ツナ じゃがいも 人参 玉ねぎ
14・28(火)	鮭にぎり ウインナー入り野菜炒め	ウインナー 玉ねぎ 人参 ブロッコリー

※都合によりメニュー・材料が変更になる場合があります。

☆メニュー紹介☆ かじきの磯辺揚げ

材料 かじきまぐろ、小麦粉、青のり、塩、胡椒

作り方 ①かじきに塩、胡椒をする

②小麦粉を水で溶き、青のりを入れる

③②にかじきを入れ、180度の油で揚げる

青のりを入れることで味もつくので食べやすいですよ

また、魚の種類を変えても美味しいですよ♪

