



# 5月夕飯献立

2019. 5. 1  
たかさご保育園 キッチン

1, 15, 29(月)	ふりかけにぎり 肉入り野菜炒めカレー風味	豚肉 玉ねぎ 人参 キャベツ
2, 16, 30(火)	豚そぼろにぎり 春雨ソテー	春雨 玉ねぎ 人参 えのき
17, 31 (水)	茶めしにぎり 豚肉の生姜焼き	豚肉 玉ねぎ 生姜
18 (木)	ごま塩にぎり ジャーマンポテト	ベーコン ジャガイモ 玉ねぎ
19 (金)	おかめにぎり 魚の照焼き 味噌汁	かじき もやし わかめ
8, 22 (月)	ふりかけにぎり ツナとジャガイモのオープン焼き	ツナ 玉ねぎ 人参 ジャガイモ
9, 23 (火)	鮭にぎり 豆腐の和風あんかけ	豆腐 人参 いんげん 玉ねぎ
10, 24 (水)	塩むすび 鶏肉とジャガイモの甘辛煮	鶏肉 ジャガイモ
11, 25 (木)	塩こんぶにぎり 煮魚 味噌汁	おひょう かぼちゃ 人参
12, 26 (金)	ごまおにぎり 肉豆腐	豚肉 豆腐 長ねぎ

※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、色が変わったら水を入れる
- ④ 中火にかけ、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♪

じゃがいも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。