

## 2月夕飯献立表

2024. 2. 1  
たかさご保育園 キッチン

1, 15, 29(木)	塩むすび 煮魚 味噌汁	おひょう 玉ねぎ、人参
2, 16(金)	おかかにぎり 鶏肉とじゃがいもの甘辛煮	鶏肉、じゃがいも
5, 19(月)	ふりかけにぎり 肉入り野菜炒めカレー風味	鶏肉、人参、玉ねぎ、コーン、カレー粉
6, 20(火)	鶏そぼろにぎり 豆腐の和風あんかけ	豆腐、人参、玉ねぎ、えのき、片栗粉
7, 21(水)	鮭にぎり ジャーマンポテトツナ	ツナ、じゃがいも、玉ねぎ
8, 22(木)	茶めしにぎり 魚の照焼き 味噌汁	生鮭 大根、わかめ
9(金)	ごま塩にぎり 肉豆腐	豚肉、豆腐、長ねぎ
26(月)	ふりかけにぎり 春雨ソテー	ベーコン、春雨、人参、玉ねぎ
13, 27(火)	塩こんぶにぎり ポークケチャップ	豚肉、玉ねぎ、ケチャップ
14, 28(水)	豚そぼろにぎり ウインナー入り野菜炒め	ウインナー、人参、玉ねぎ、えのき

### 夕食メニュー紹介 ジャーマンポテトツナ

材料 人参、玉ねぎ、じゃが芋、ツナ缶

作り方

- ① 人参を1cm角、じゃが芋を2cm角に切り、下茹でしておく
- ② 玉ねぎを1cm角に切る
- ③ フライパンに油を熱し、②の玉ねぎをしんなりするまで炒める
- ④ 玉ねぎがやわらかくなったところへ①の人参、じゃが芋、ツナを加えて塩で味付けする
- ⑤ 耐熱皿に移し、180℃～200℃に熱したオーブン又はオーブントースターで焼き色がつくまで焼けば完成です

揃えやすい食材で作れるメニューで、子ども達にも人気です♪