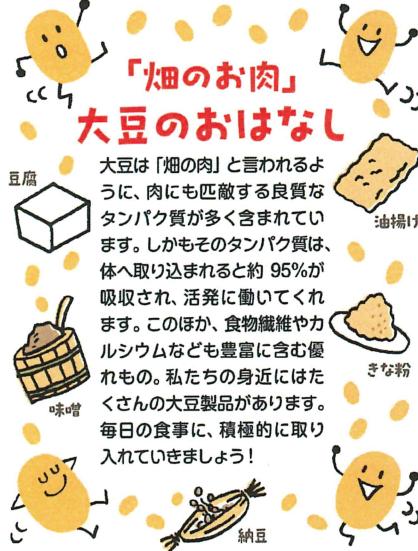




# きゅうしょくだより 2月

令和7年2月1日発行 加茂こども園



## レンコンとゆで卵のサラダ

### 〈材料〉

- ・レンコン 50g
- ・きゅうり 30g
- ・かにかま 3本
- ・卵 2個
- ・マヨネーズ 20g
- ・塩胡椒 適量



### 〈作り方〉

- ①レンコンはいちょう切りにし、湯がいて柔らかくする。
- ②きゅうりは細切りにして塩もみをし、水分を絞る。
- ③卵はゆで卵にして、お好みの大きさに漬す。
- ④カニカマはお好みの大きさに切る。
- ⑤すべての材料を混ぜ、マヨネーズと塩胡椒で味付けして完成。

## 1月たんじょうかいメニュー



- ✿カレーチャーハン
- ✿コンソメスープ
- ✿ちくわの磯辺揚げ
- ✿果汁ゼリー



## こんだてひょう

日	曜日	昼	食	おやつ
1	土	豚汁 焼き魚	菓子 牛乳	
2	日			
3	月	ビーフシチュー キャベツの福神漬和え バナナ	きなこボーロ 牛乳	
4	火	ジャー・マンオムレツ ゆで野菜サラダ トマト	菓子 牛乳	
5	水	豆腐チャンプルー ブロッコリーとカニカマのサラダ ごまたくあん	★さつま芋の塩カラメル 牛乳	
6	木	鶏肉と大豆の炒め煮 洋風白和え 黄桃	菓子 牛乳	
7	金	たんじょうかい 赤鬼ランチ 春雨スープ みかん		菓子 ヤクルト
8	土	焼きそば スティックきゅうり	菓子 牛乳	
9	日			
10	月	他人丼 切り干し大根のサラダ バナナ	★黒糖ケーキ 牛乳	
11	火	建国記念の日		
12	水	ひじきスパゲッティ ゴマネーズサラダ ゆで卵	菓子 ヨーグルト	
13	木	豚肉の生姜焼き 甘酢キューブサラダ ごまふりかけ	菓子 ミルク	
14	金	せいいかつほっぷうかい(1.2歳児) パン ジュース コーン入りかき玉汁 焼き魚 みかん	菓子 牛乳	
15	土	親子丼 キャベツの塩昆布和え	菓子 牛乳	
16	日			
17	月	青菜の炒め煮 フライド人参 ごまふりかけ	★リンゴマフィン 牛乳	
18	火	豆乳味噌汁 タラのカレーチーズ焼き みかん	菓子 牛乳	
19	水	麻婆豆腐 切り干し大根のナムル 卵焼き	菓子 ミルク	
20	木	牛肉の柳川風 かぼちゃの天ぷら パイン	菓子 牛乳	
21	金	中華丼 春雨サラダ バナナ	★豆乳プリン	
22	土	せいいかつほっぷうかい(3~4・5歳児) パン ジュース	菓子 牛乳	
23	日	天皇誕生日		
24	月	振替休日		
25	火	鮭の味噌パン粉焼き きゅうりとしらすの酢の物 味付けのり	菓子 牛乳	
26	水	スープ春雨 小松菜と厚揚げのおかか煮 小魚	★フルーツフルーチェ	
27	木	切り干し大根煮 かみかみごぼう ゆで卵	菓子 牛乳	
28	金	カレー 大豆サラダ 黄桃	菓子 ミルク	

※オレンジ色の文字:新メニュー

★手作りおやつ

◎都合により、メニューが変更する場合があります。

◎たんじょうかいは、特別メニューですので、白飯はいりません。お箸を持たせて下さい。

◎カレー、シチュー、ビーフシチューの時は、スプーンを各自で準備して下さい。