



3月5日 (木)



昼食

おやつ



赤飯おにぎり
 海老フライ
 塩唐揚げ
 フライドポテト
 小松菜と人参のお浸し
 味噌汁
 果物二種

カスタードプリン
 麦茶

今日は卒園するクラスの園児のおわかれ会でした。
 給食では海老フライ・塩唐揚げ・フライドポテト・プリンなど
 子どもたちの大好きなメニューを盛り込みました！
 みんな喜んで食べてくれました。

～レシピ紹介～

《 材料・3合分 》

精白米	2合
もち米	1合
ささげ	40g
塩	小1

【 簡単お赤飯 】

《 作り方 》

- ①ささげを水でさっと洗い、浸るくらいの少量の水で茹でる。
沸騰したらザルで濾し、ゆで汁は捨てる。
- ②ささげをたっぷりの水でもう一度茹でる。
沸騰したらささげが割れないように火を弱めて柔らかくなるまで15分程茹でる。
- ③ザルを使い、茹で汁とささげに分ける。茹で汁は冷ましておく。
- ④精白米ともち米を合わせてとぐ。
- ⑤炊飯器にといだ米を入れ、茹で汁を3合の水分量の少し下に合わせて入れる。
足りない分は水を加え調整する。
- ⑥塩を加えて良く混ぜる。ささげを加えて炊飯器の炊き込みモードで炊く。

