



3月7日 (木)



昼食

おやつ



黒米御飯
 白身魚フライ・唐揚げ
 フライドポテト・スパゲティソテー
 小松菜と人参のお浸し
 味噌汁
 果物二種

バナナパフェ
 ココアソースかけ

麦茶

今日は卒園する園児のおわかれ会。
 白身魚フライ・唐揚げ・フライドポテトなど、子どもたちの好きなメニューを入れました。みんなモリモリ食べていました。

～レシピ紹介～
 《材料：作りやすい分量》

鶏もも肉	200g
醤油	小1
酒	小1/2
☆ みりん	小1/2
しょうが汁	少々
ガーリックパウダー	少々
片栗粉	大3
小麦粉	大1
揚げ油	適量

【唐揚げ】
 《作り方》

- ①☆の調味料と鶏肉を合わせて、10分程漬けておく。
- ②片栗粉・小麦粉をあわせておく。
- ③①の鶏肉に②の粉を付けて油で揚げる。

