

3月献立表

令和6年度 宮津幼稚園

桃(上巳)の節句

3日(月)

ひな寿司

はくさいのごま和え
花ふのすまし汁

ひな祭り献立です！
たまごやサケフレーク、グリーンピースなどを使って彩りよく仕上げます！女の子のお祝いです。

4日(火)

お別れ遠足
☆お弁当の準備を
お世話になります。

当日は、8時30分までに登園してください。ジュニアシートもお願いします。

5日(水)

コッペパン
手作りソーセージ

大根のシャキシャキマヨサラダ

コンソメスープ

スパイスをたくさん使った手作りソーセージです。約1000本作ります。

中期入試応援献立

6日(木)

ごはん
チキンカツ(勝つ)
はくさいのか(勝)つお和え
竹輪の合格みそ汁

ゲン担ぎの受験応援献立です。皆で中学3年生を応援しましょう！

7日(金)

ごはん
玉ねぎと芋の甘辛煮
キャベツの香味炒め
りんご

玉ねぎとじゃがいもをごはんが進むように、甘辛く仕上げます。

10日(月)

宮津カレーラーメン
厚揚げのピリ辛炒め
みかん

人気メニューです！ゆでた麺にカレー粉、ごま油を混ぜ合わせ、各教室でスープをかけます！

11日(火)

お別れ会
カレークッキング

ご家庭でカレーライスを食べるときのごはんの量を目安にお子さんと相談して白ごはんを持ってきてください。

12日(水)

スタミナチャーハン
サクサク鶏のから揚げ
ワンドンスープ

中学3年生最後の給食です！人気のチャーハン&からあげ&ワンドンスープです！

13日(木)

ごはん
ガルバングリッツのナゲット
キャベツのサラダ
はくさいのスープ

ガルバングリッツはひよこ豆のことです。ひき肉や豆腐と一緒にナゲットにします♪

三小献立 14日(金)

アサリとあかもくの
炊き込みごはん
いい食べっプリ大根
カラフルサッパリ甘酢和え
宮津の野菜満点みそ汁

吉津小、府中小、日置小の6年生が考えた地元の食材をいかした献立です。

17日(月)

ごはん
鶏肉のレモン風味焼き
さつまいもサラダ
ミネストローネ

鶏肉にレモンや調味料と一緒に片栗粉を混ぜ合わせて焼きます。ふっくら仕上がります！

18日(火)

ごはん
揚げだし豆腐の
そばろあんかけ風
はくさいの塩昆布和え
大根のみそ汁

しょうがを効かせた豆腐に、だしを使ったそばろあんをかけていただきます。

19日(水)

カレーライス
ドレッシングサラダ
バイクドチーズケーキ

手作りのチーズケーキです。お店に負けない味をめざします。

20日(木)

しゅんぶん ひ
春分の日

21日(金)

降園 11:30
24日(月)
修了証書授与式並びに
修了式
降園 11:30



今年度の給食が終わります。1年間の給食はどうでしたか？

給食を参考にして、普段からしっかりと食べ、元気で強い体を作りましょう。春休みも朝昼晩の食事を大切にして元気に過ごしてください。

春休みも毎日朝食をとろう

朝食は脳や体を目覚めさせ、エネルギーを補給する上でとても大切です。長い休みの間も朝寝坊をしないで早起きをして、毎日必ず朝食をとるようにしましょう。



※食材の都合で献立を変更することがあります。※お米は毎日、宮津産のコシヒカリを使っています。※牛乳は毎日つきます。

レシピ教えて！の声がありました

『高菜チャーハン』（1月20日のメニュー）

【材料（4人分）】

- | | |
|-----------|--------|
| ・精白米 | 2合 |
| ・中華スープの素 | 小さじ1 |
| ・こいくちしょうゆ | 小さじ1/2 |
| ・焼豚 | 60g |
| ・玉ねぎ | 中1/2個 |
| ・にんじん | 2cm程度 |
| ・高菜漬け | 30g |
| ・卵 | 1個 |
| ・炒め油 | 少々 |
| ・清酒 | 小さじ1 |
| ・こいくちしょうゆ | 小さじ1/2 |
| ・白いりごま | 小さじ1 |

高菜チャーハン

キャベツのサラダ

牛乳

太平燕風

給食週間のメニューです！

【作り方】

- ① 米に中華スープの素とこいくちしょうゆを加え、ご飯を炊いておく。
 - ② 焼豚は短冊、玉ねぎ、にんじん、高菜漬けはみじん切りに、卵は炒り卵にする。
 - ③ フライパンに油を入れ、焼き豚と野菜を入れて炒め、火が通ったら高菜漬けも入れてさらに炒める。
 - ④ ③に卵と調味料を加え、味を整える。
 - ⑤ ④にごはんを入れ、炒めたら完成。
- ※給食では、ごはんと具を別々に作りましたが、ご家庭では全て炒めて作っていただいても大丈夫です。

『カリジュワチキンステーキ 世屋みそソースを添えて』（2月19日のメニュー）

【材料（4人分）】

- | | |
|------------|--------|
| ・鶏モモ肉（50g） | 4切 |
| ・清酒 | 小さじ1 |
| ・おろしにんにく | 少々 |
| ・みそ | 大さじ1/2 |
| ・はちみつ | 小さじ1/3 |
| ・みりん | 小さじ1 |
| ・オリーブオイル | 小さじ1 |
| ・オリーブの葉 | 少々 |

みやづを食べようコンテスト
最優秀献立メニューです！
（宮小6年3組）

【作り方】

- ① 鶏肉にすべて混ぜ込んでおく。
- ② ①の鶏肉を220℃のオーブンで15分程度焼く。（少し油をひいて、フライパンで焼いてもOK）

