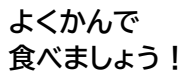


こんだてひょう

いろいろな食材を



2月3日は 節分(せつぶん)

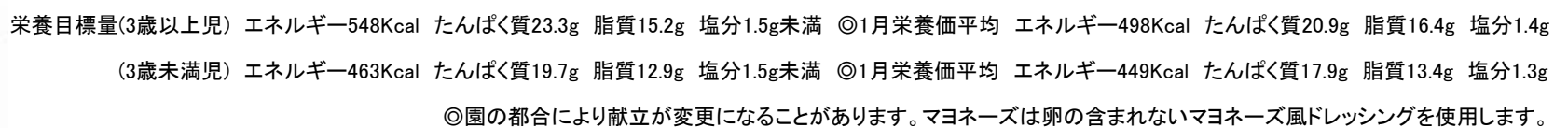
保育園では縁起物の甘酒といわしがおやつにですよ。

材料 (作りやすい分量)

- 高野豆腐 40g(2個)
- 鶏もも肉 100g
- 鶏卵 2個
- しいたけ 3枚
- 人參 小1本

しょうゆ 大さじ1
酒 小さじ1
砂糖 大さじ1

- ①高野豆腐は熱湯で戻して8等分に切る。
鶏肉は一口大、人参・しいたけは千切り、
チンゲン菜はざく切りにする。
- ②だし汁に野菜を入れて煮立たせ、調味料
と豆腐を加えて煮る。
- ③溶き卵を加えて加熱する。



◎園の都合により献立が変更になることがあります。マヨネーズは卵の含まれないマヨネーズ風ドレッシングを使用します。