



# 3月の給食だよ

## 食育予定

- ★ にじ組 ... 14(木) ポップコーン作り. その他未定
- そら組 ... 7(木) 小松果観察, 14(木) ポップコーン作り.

お弁当給食 3/19(火)です!

### お誕生日

#### メニュー

しろくまごはん



お誕生日メニューにするため  
キャラクターを調べると  
"わに"や"たかおか"など  
色々なキャラクターがいる事を  
知りました!今日はシンプルに  
作りやすそうなしろくまごはんです。

## お酢

について知ろう!

ちらし寿司などに欠かせないのがお酢  
いざスーパーに買いに行くと様々な種類があるので何を買えば良いのか...  
特徴を知ってお好みのお酢を見つけて下さい

米酢

...コクのあるまろやかな味. 和食によく使われる. 酢の味を生かしたシンプルなお料理に向いている

穀物酢

...すっきりとした味わい. 他の調味料と合わせて使う魚物など

ソム酢

...発酵したソムジュースから作られる酢. フルーツな味(ドレッシングやポテサラに使っておいしい).

### すし酢

米酢 = 20cc  
砂糖 = 小3  
塩 = 小1/2

### 三杯酢

米酢 = 大1  
薄口醤油 = 大1  
水 = 大1  
砂糖 = 小1

### 南蛮酢

米酢 = 大1 砂糖 = 小2  
醤油 = 大2 みりん = 小1  
水 = 大2 赤唐(少々)

### 酢の物

揚げた魚や肉

## 行事食・お誕生日メニュー

ひな祭り... 3/1(金) 鯉ちらし/三色むいパン

卒園遠足... 給食さんが作ったお弁当を持って公園へ。

お楽しみ給食...

カレーにレタが羊. かぼち. チーズなど選んで  
オリジナルカレー作り! おやつはそら組さんが  
好きな"クッキー"を特別に提供