



# サンサン

中央愛児園  
2023・2・24(金)  
発行者:岩切

## 3月保育予定

日	月	火	水	木	金	土
			1 うさぎ コアラ	2 ひよこ うさぎ	3 いす うさぎ	4
			キリン	カンガルー	パンダ	
5	6 いす うさぎ	7 ひよこ いす	8 うさぎ コアラ	9 ひよこ うさぎ	10 いす うさぎ	11
	おもちゃ図書館	水泳	キリン	ラッコ	パンダ	
12	13 いす うさぎ	14 ひよこ いす	15 うさぎ コアラ	16 ひよこ うさぎ	17 いす うさぎ	18
	音楽療法	水泳	キリン		パンダ	
19	20 いす うさぎ	21 春分の日	22 卒園式	23 ひよこ うさぎ	24 修了式	25
	おもちゃ図書館				パンダ	
26	27	28	29	30	31	
春休み (27日~31日迄)						

\* 内容は変更する場合があります。ご了承ください。

音楽療法、修了式は全園児対象のプログラムです。

〈今月の予定〉

\* 7日、14日(火)の午後は水泳指導です。

この日の午前保育は給食なしの

11時40分降園となります。

★水泳を欠席される方は前日の15:30までに

ご連絡をお願いします。

集合時間等厳守でご参加ください!

\* 20日(月)給食提供がありません。

お弁当持参のご協力をお願いします。

\* 22日(水)は卒園式です。

別途お知らせいたします。

\* 24日(金)の午前中は修了式です。

書類を配布いたしますので皆さんの登園をお待ちしています。

\* 歯磨き指導は8日(水)です。



来月の予定

3日(月)始業式(午前中)

4日(火)~7日(金)合同保育

10日、24日(月)音楽療法

17日(月)おもちゃ図書館





# 令和5年3月献立表

中央愛児園

日	曜日	メニュー	デザート	ドリンク
1	水	煮魚 豆腐の野菜あんかけ 味噌汁 ご飯	果物	牛乳
2	木	ポトフ マカロニサラダ	果物	牛乳
3	金	ちらしずし 肉団子の甘辛煮 お吸い物	ゼリー	牛乳
6	月	煮込みうどん 卵焼きほうれん草入り チーズ	果物	牛乳
8	水	ポークカレー 野菜スティックピクルス	ヨーグルト	牛乳
9	木	クリームシチュー ブロッコリーサラダ パン	ゼリー	牛乳
10	金	麻婆豆腐丼 ナムル 中華スープ	杏仁豆腐	牛乳
13	月	ミートソースうどん ポテトサラダ 人参スープ	果物	牛乳
15	水	親子丼 青野菜のお浸し 味噌汁	果物	牛乳
16	木	ハンバーグ 温野菜サラダ ポタージュスープ パン	ゼリー	牛乳
17	金	ツナご飯 サツマイモの甘煮 けんちん汁	果物	牛乳
23	木	おでん 白菜のおひたし ご飯	ヨーグルト	牛乳
24	金	魚のムニエル 青菜入りの卵焼き 鶏団子スープ ご飯	ゼリー	牛乳

\* 急なメニューの変更することがありますが、ご了承ください。

\* 22日は卒園式ですので、給食はありません。

## 給食室から プレーンオムレツの作り方

- 1 卵2コと少量の牛乳を合わせよく混ぜる。
  - 2 中火にかけたフライパンにバターを五グラム程度引く。
  - 3 暖まっているフライパンに弱火にしないで一気に卵を入れる
  - 4 フライパンを前後にふりながら、箸で卵をかき混ぜる。  
卵に空気を入れてあげるようなイメージ
  - 5 まだ柔らかい卵が残っているうちに火を消す。(ここが大事)
  - 6 後は端からゆっくりと卵を巻いていき、フライパンの反対まで巻いたら  
お皿を持ってフライパンをひっくり返すように皿にのせる。
  - 7 **オムライスにしたい場合**、巻くまえにご飯をのせて、おなじ要領でやる。  
あるいはお皿に細長くご飯を置いて、6の要領で、卵をご飯の上のにのせる。  
のせたオムレツの真ん中から横に長く包丁を入れると柔らかい卵が出てきて出来上がり。
- \* 牛乳は水に。バターはオリーブオイルなどでアレルギー対応してください。



今年度も三月を迎えましたね！給食食べられたと、声をいただきありがとうございました！

