

# ちょっと知りたい！聞きたい！給食の事

厨房のお二人に  
聞きました！



## 人気メニューBest 10 !!

1. 鶏の唐揚げ
2. チキンカレー さばの味噌煮・カレイのムニエル・さわらの照焼き
3. 魚料理
4. プリン
5. 塩むすび ご飯が余った時、おかわり用に作っています
6. 味噌汁
7. 豚肉のBBQソース炒め 「中沢幼稚園の子供はお味噌汁が好きね！」  
...という印象
8. ラーメンサラダ
9. ごぼうサラダ
10. かぼちゃコロッケ

## ちょっと苦手なメニュー

### ・納豆和え

納豆は好きな子が多いですが、  
野菜と混ぜると嫌なようです

### ・ちらし寿司

年少さんは  
ご飯に何かが混ざっていると  
苦手な様です

### ・さばの野菜あんかけ

お魚を揚げると少し硬くなる為  
食べにくい様です。  
美味しく出来る様頑張ります！

### ・甘酢和え

火にかけて酸っぱさをとばす  
工夫をしています

## 厨房のお二人、(大石裕美さん、中村智美さん)

お家では・・・？！

「一日中 台所仕事」という感じにお忙しいお二人。  
夕食にかける時間や品数は私達と同じようです。  
忙しい時は餃子や揚げ物などの惣菜を利用することもあるそうですよ。  
前もって忙しい日が分かっていたら、お刺身や干物などの献立を立てておくという  
工夫もされているそうです。

### 大石さんオススメ、おつまみにもぴったりのメニュー

- オクラのポン酢鰹節和え (茹でたオクラ+ポン酢+鰹節)
- ほうれん草とベーコン炒め (ベーコンをバターで炒め、茹でたほうれん草を入れ、塩コショウ)
- ちくわの磯辺揚げ (水でといた小麦粉に青のりを入れ、ちくわをつけて揚げる)
- 豚ちゃん焼き (にんにくと生姜をみじん切りにし玉葱・人参・しめじ・豚肉を炒める。醤油、みりんで味付けし、ネギごまを入れて完成)
- 豚キムチ (玉葱・豚肉を炒め、キムチを入れめんつゆで味つけ)
- 茄子の揚げびたし (茄子のを多めの油で炒めてめんつゆすりおろし生姜につけて冷やしておく。仕上げに鰹節をかける)