

# 6月のこねのだて

月	火	水	木	金	土
			<b>1</b> ビビンバ 丼 がぼちゃと厚揚げのそぼろ もやしとちくわのゆ みそ汁 デザート	<b>2</b> ごはん 白滝のチヂミ じゃが焼き キャベツとオクラのサラダ みそ汁 デザート	<b>3</b> ホタル観賞
<b>5</b> ごはん 魚のコーン焼き ひじきの炒め煮 小松菜と海苔の和風揚げ みそ汁 デザート	<b>6</b> カレーうどん ちくわのチーズ焼き 温野菜 デザート	<b>7</b> パン 煮込みハンバーグ パプリカのサラダ さつま芋の甘煮 コソメスープ デザート	<b>8</b> 麻婆丼 野菜とじゃがのバター 万博お餅 みそ汁 デザート	<b>9</b> ごはん しゅうまい パンソース 7色お餅とおかか和え みそ汁 デザート	<b>10</b> 味噌ラーメン デザート
<b>12</b> ごはん 肉団子の甘酢あんかけ もやしのゆかり和え 野菜の玉葱の揚げがけ みそ汁 デザート	<b>13</b> ごはん 魚の竜田揚げ かみかみ和え じゃが芋のバター味 みそ汁 デザート	<b>14</b> パン 鶏のチルド焼き プリンの塩茹で 伊豆の山豆 ミネストローネ デザート	<b>15</b> ふわふわ卵の 牛あんかけ丼 湯豆腐 ごぼうサラダ みそ汁 デザート	<b>16</b> ごはん 豚肉とナスの味噌炒め ひじきと卵の中華炒め 春雨スープ デザート (おいしそう じゃが献立)	<b>17</b> 職員研修
<b>19</b> ごはん 魚の煮つけ タアン納豆 春雨サラダ みそ汁 デザート	<b>20</b> やきにく丼 厚揚げのみぞれ煮 がぼちゃとチーズの揚げ みそ汁 デザート	<b>21</b> パン メンチカツ プリンの甘酢和え じゃが芋のチーズ焼き コソメスープ デザート	<b>22</b> ごはん 豚の南部焼き 筑前煮 万博お餅 みそ汁 デザート	<b>23</b> ごはん 鶏のはちみつポン酢 オクラのすりごま和え さつまいも揚げ みそ汁 デザート	<b>24</b> 肉味噌あん かけうどん デザート
<b>26</b> ごはん 鶏とひじきのつくね 切り干し大根の揚げ プリンのごま和え みそ汁 デザート	<b>27</b> ごはん 豚と玉ねぎの卵とし もやしと人参のゆ 新ごぼうの唐揚げ みそ汁 デザート	<b>28</b> パン 魚のトナリ焼き 青のりお餅 小松菜の甘酢和え コソメスープ デザート	<b>29</b> ごはん 鶏の味噌揚げ焼き ひじきとオクラの揚げ キャベツのごま酢和え みそ汁 デザート	<b>30</b> 納豆丼 ハンバーグ マカロニサラダ みそ汁 デザート	デザート オレンジ パナナ りんご

あつ〜い時期に！甘しょっぱいさつま芋のレシピのご紹介です★

## カラメル塩さつま芋

《材料》

さつまいも 1本、バター 20g、砂糖 大さじ2、塩 小さじ1/4



あのね保育園

	10時	3時
6月 1日 (木)	牛乳、クッキー	サクサククッキー、ヨーグルト、お茶
2日 (金)	牛乳、せんべい	カエルのカップケーキ、ヨーグルト、お茶
3日 (土)	ホテルかんしょう	
5日 (月)	牛乳、パン	バナナチョコケーキ、ヨーグルトお茶
6日 (火)	牛乳、スナック	わかめおにぎり、お茶
7日 (水)	牛乳、クラッカー	れんこんご飯、お茶
8日 (木)	牛乳、クッキー	二色サンド、ヨーグルト、お茶
9日 (金)	牛乳、せんべい	スイートポテト、ヨーグルト、お茶
10日 (土)	ウハース	菜飯おにぎり、お茶
12日 (月)	牛乳、パン	ぶどうゼリー、クラッカー、お茶
13日 (火)	牛乳、スナック	豆腐入りあべかわ団子、お茶
14日 (水)	牛乳、クラッカー	塩昆布おにぎり、お茶
15日 (木)	牛乳、クッキー	カレーtoast、ヨーグルト、お茶
16日 (金)	牛乳、せんべい	りんごケーキ、ヨーグルト、お茶
17日 (土)	しょくいんけんしょう	
19日 (月)	牛乳、パン	きなこお麩うり、ヨーグルト、お茶
20日 (火)	牛乳、スナック	カラメル塩さつま芋、ヨーグルト、お茶
21日 (水)	牛乳、クラッカー	チキンライス、お茶
22日 (木)	牛乳、クッキー	ジャーマンポテトtoast、ヨーグルト、お茶
23日 (金)	牛乳、せんべい	アイスクリーム、クラッカー、お茶
24日 (土)	ウハース	ごま塩おにぎり、お茶
26日 (月)	牛乳、パン	お好み焼き、お茶
27日 (火)	牛乳、スナック	甘辛団子、お茶
28日 (水)	牛乳、クラッカー	ゆかりとタマゴのおにぎり、お茶
29日 (木)	牛乳、クッキー	チーズケーキ、ヨーグルト、お茶
30日 (金)	牛乳、せんべい	オカラトースト、ヨーグルト、お茶

《作り方》

- さつま芋を1cm角に切り、水にさらし濁りが出たら水を捨てる
- ①を耐熱容器に入れ、ふんわりラップをかけてレンジ(600w)で30秒加熱する
- フライパンにバターを入れて中火で熱し、溶けてきたら②を加えて、炒める
- 全体にバターがなじんだら、砂糖、塩を加えて混ぜ、こんがり焼き色がつくまで焼く  
小さく切ることでカラメルをまとう部分が多くなり、外はカリッと、中はホクホク♪  
冷めたほうがカリッと美味しくいただけますよ★