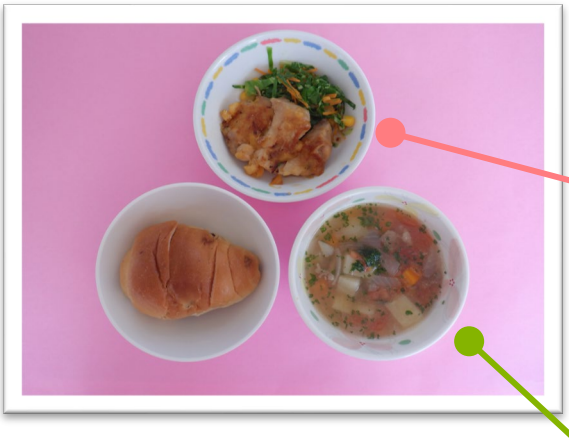
保育所きゅうしょく

第158号(令和7年7月発行)
発行元：福岡市こども未来局
子育て支援部
指導監査課給食指導係

保育所給食のおすすめ献立を紹介します！令和7年6月のおすすめ献立はこちら！



主菜　とりのマーマレード焼き
/ソテー(キャベツ)

鶏肉をマーマレード、みりん、こいくちしょうゆで味付けして焼いたメニューです。マーマレードを加えることで鶏肉が柔らかくなり、子どもたちも食べやすい人気メニューです。

副菜　トマトスープ(じゃがいも)

主食　ロールパン

写真は「3歳未満児の昼食」です

【写真・コメント提供】南庄保育所

とりのマーマレード焼き

■ 材 料　※大人2名、幼児(3歳児)1名分

食品名	使用量	目安
鶏肉	250g	
しょうが	4g	チューブでも可
A マーマレード	25g	
A 本みりん	10g	
A こいくちしょうゆ	25g	

■ 下 処 理

食品名	手順
しょうが	すりおろす
鶏肉	しょうがと合わせる

■ つくり方

(1) Aを合わせ、ひと煮立ちさせる。
(2) オーブンに鶏肉を広げ、七分目くらいに焼く。
(3) オーブンから出し、(1)をかけてオーブンに戻し、焼き上げる。

調理のコツ・ポイント

鶏肉の中まで火が通るように加熱しましょう。
梅雨も明けて暑い日が続きますので、出来上がってからあまり時間を置かずに食べるようにしましょう。