

8月10日(木)

昼食

おやつ



御飯  
冷しゃぶ  
夏野菜の揚げ浸し  
味噌汁  
メロン

油揚げのかりかりピザ  
牛乳

旬の野菜をたっぷり使った献立です。  
夏野菜には熱くなった身体を冷ましてくれる働きがあります。  
食事の前に子どもたちにも野菜の働きなども伝えていきます。

～レシピ紹介～

《材料・子ども6人分》

- 油揚げ 3枚
- 長葱 1/3本
- ハム 3枚
- マヨネーズ 大さじ2-3
- ピザ用チーズ 大さじ3-4

【油揚げのかりかりピザ】

《作り方》

- ①油抜きした油揚げを長さ半分に切る。
- ②材料を切る。  
長葱(粗みじん) ハム(1cm角)
- ③油揚げの上にマヨネーズを塗り、長葱・ハムをのせ  
上からチーズをのせ、オーブンで焼く。

離乳食【9～11ヶ月頃】

午前食

午後食



軟飯  
白和え  
かぼちゃの甘煮  
味噌汁  
メロン

サイコロパン  
ささみの野菜あんかけ  
フレンチサラダ  
野菜スープ  
オレンジ

