

10月19日 (木)

昼食

おやつ



栗御飯
ポーク南蛮
おかか和え
貝だくさん汁
フルーツゼリー

誕生会

スフレチーズケーキ

麦茶

クリームチーズは使用せず、チーズケーキをつくりました。
家庭にありそうな食材でふわふわのチーズケーキが！
ぜひお試しください。

～レシピ紹介～

《 材料 》

スライスチーズ 4枚
牛乳 3/4カップ
卵 3個
薄力粉 大さじ4
砂糖 大さじ6弱
レモン果汁 大さじ1

【スフレチーズケーキ】

《作り方》

- ①卵を黄身と白身にわける。
- ②卵白を泡立てメレンゲをつくる。
- ③スライスチーズを牛乳に煮溶かす。
- ④卵黄に砂糖を入れよく混ぜる。
- ⑤④に薄力粉をふるい入れ、混ぜ合わせる。
- ⑥②の卵白の半量を入れ、混ぜる。
- ⑦最後に残りのメレンゲを入れ、さっくりと混ぜる。

離乳食 【9～11ヶ月頃】

午前食

午後食



軟飯
豚肉の甘酢あん
コールスロー
味噌汁
柿



煮込みうどん
白身魚の味噌漬け焼き
フルーツヨーグルト

