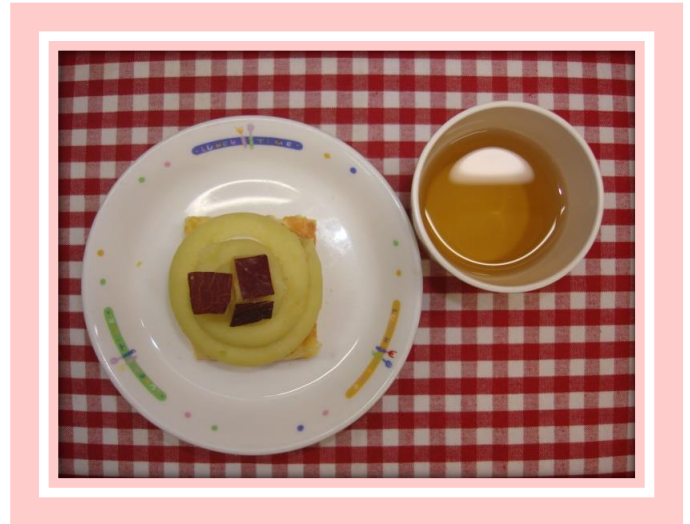


昼食

おやつ



チャーハン  
肉団子の甘酢あんかけ  
もやしナムル  
わかめスープ  
アセロラゼリー

誕生会

さつま芋モンブラン

麦茶

今日は11月生まれの子どもたちと  
市内の老人ホームからお招きした方々のお誕生会をしました。  
どのメニューも好評でおかわりまで完食してくれました。

～レシピ紹介～ 【チャーハン】

- 《材料・子ども5人分》
- 御飯 茶碗5杯
  - ラード 小さじ1
  - ハム 3枚
  - 卵 L1個
  - ★砂糖 小さじ2
  - ★塩 少々
  - 油 適宜
  - 長葱 1/4本
  - ☆鶏がらだし 小さじ1.5
  - ☆醤油 小さじ1弱
  - 浅葱 お好みで

- 《作り方》
- ①卵を割りほぐし、★の調味料を入れて油をひいたフライパンでスクランブルエッグを作り、皿におく。
  - ②フライパンにラードをひき、ハム（角切り）・長葱（粗みじん）を炒める。
  - ③火が通ったら、☆で少し濃いめに味付ける。
  - ④御飯と①の卵をいれ、全体を合わせる。
  - ⑤お好みで浅葱（小口切り）のをせて完成。

離乳食 【9～11ヶ月頃】

午前食

午後食



軟飯  
炒り豆腐  
根菜煮  
味噌汁  
オレンジ



煮込みうどん  
鶏肉の野菜あんかけ  
りんごゼリー

