

3月22日 (水)

昼食

おやつ



麻婆春雨丼
ナムル
わかめスープ
りんご



ミックスピザ
牛乳

『麻婆春雨丼』は通常土曜日メニューですが
ゆり組さんのリクエストで今回平日に登場しました。
子どもたちだけではなく、先生たちにも大好評でした！

～レシピ紹介～

《材料：子ども5人分》

御飯	5杯分
豚挽肉	110g
春雨	30g
人参	40g
長葱	20g
にら	20g
味噌	大1
醤油	大1
砂糖	大1
ごま油	大1/2
油	大1

【 麻婆春雨丼 】

《作り方》

- ①人参、長葱を粗みじん切りする。
にらは2～3cmに切る。
春雨は茹でてから2～3cmに切る。
- ②豚挽肉、人参、長葱を油で炒め、全体に火を通す。
- ③春雨、にらを入れてさっと炒め合わせたら
調味料を入れて味を整える。
- ④丼に御飯を盛り、上から③のをのせる。

離乳食 【 9～11ヶ月頃 】

午前食

午後食



軟飯
豆腐のそぼろ煮
野菜炒め
味噌汁
りんご



スティックパン
コールスロー
野菜スープ

