



七夕そうめん
ミートボール
添え野菜
フルーツヨーグルト

七夕

お星様クッキー
麦茶

ミートボールはかたくならないよう
野菜がたっぷり入っています。
揚がったところを子どもたちの大好きな
ケチャップ味のソースにからめています。

～レシピ紹介～ 【ミートボール】

- 《材料・子ども6人分》
- ☆豚挽肉 200g
 - ☆人参 小1本
 - ☆玉葱 1/4個
 - ☆卵 1/2個
 - ☆片栗粉 大さじ3
 - ☆ケチャップ 小さじ5
 - 揚げ油 適宜
 - ★ケチャップ 大さじ2
 - ★砂糖 小さじ2
 - ★水 1/4カップ
 - ★醤油 小さじ1/2
 - ★ガーリックパウダー 少々

- 《作り方》
- ①玉葱・人参をみじん切りにする。
 - ②☆の材料を混ぜ合わせ、丸めて油で揚げる。
 - ③★を鍋に入れ、火にかける。
 - ④揚がった②を③にからめてできあがり。

離乳食【9～11ヶ月頃】

午前食

午後食



冷やしうどん

木の葉焼き

フルーツヨーグルト



軟飯

茄子のそぼろあんかけ

和え物

味噌汁

ぶどう

