

11月11日 (月)

昼食

おやつ



御飯

鮭のマヨネーズ焼き

小松菜のおかか和え

味噌汁

梨

開口笑

牛乳

鮭のマヨネーズ焼きは、マヨネーズソースをたくさん
のせて焼き上げているので、お魚が苦手な子どもも
たくさん食べてくれます。

～レシピ紹介～

《 材料・子ども6人分 》

鮭	40g×6切れ
塩	少々
玉葱	20g
しめじ	30g
マヨネーズ	大4強
醤油	小1

【 鮭のマヨネーズ焼き 】

- ① 鮭に塩をまぶして鉄板に並べ180℃のオーブンで10分焼く。
- ② 玉葱は小さめのスライス、しめじは割いて細かく刻み
マヨネーズ・醤油と合わせる。
- ③ 焼きあがった鮭の汁気は捨て、②のマヨネーズソースを
上に乗せ、更に10分焼く。

離乳食 【 9～11ヶ月頃 】

午前食

午後食



軟飯
白身魚の塩焼き
お浸し
味噌汁
梨



スティックパン
豆腐煮
野菜サラダ
コンソメスープ
みかん

