12月4日（水）

昼　食

バターロール
豆腐ハンバーグ
三色野菜のナムル
とろとろ白菜のスープ
りんご

おやつ

里芋の唐揚げ

牛乳

旬の白菜をたっぷりと使用したスープ
とろみをつけることで冷めにくくなり
体をぽかぽか温めてくれます。

～レシピ紹介～

≪　材料・子ども5人分　≫

里芋	300ｇ(中サイズ約12個)
醤油	大さじ2
酒	小さじ2
生姜汁	小さじ1
片栗粉	適量
揚げ油	適量

【 里芋の唐揚げ 】

①里芋は皮をむき、一口大に切る。
②一口大に切ったものを茹でる。
③茹で上がった里芋を温かいうちに調味料に漬け込む。
④片栗粉を振るってまぶし、180℃の油でカラッとなるまで揚げる。

離乳食　【 ９～１１ヶ月頃 】

午前食

スティックパン
まさご焼き
三色ナムル
野菜スープ
りんご

午後食

軟飯
たらの甘酢あんかけ
根菜煮
味噌汁
バナナ