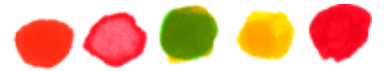




8月11日 (火)



昼 食

おやつ



御飯
千草焼き
切干大根煮
味噌汁
ぶどう

キャラメルトースト

牛乳

千草焼きにはたっぷりと野菜が入っているので
ふんわりとやわらかい食感で子どもにも食べやすくなっています。
黄色とオレンジのカラフルな一品です。

～レシピ紹介～

【千草焼き】

≪ 材料：子ども5人分 ≫

卵	4個
玉葱	60g
人参	35g
干し椎茸	3g
砂糖	小1.5
醤油	小1.5
塩	少々
油	適量

- ①干し椎茸をお湯で戻してみじん切りにする。
玉葱、人参もみじん切りする。
- ②①の材料を茹でて、さっと火を通しておく。
- ③卵を割りほぐし、②と調味料を全て混ぜ合わせる。
- ④油を敷いて、焼く。

離乳食 【 7～8ヶ月頃 】

午前食



全粥
たらの香味煮
和え物
味噌汁
メロン

