



8月19日 (水)



昼 食

おやつ



ごぼうピラフ
デミグラスソースハンバーグ
オニオンドレッシングサラダ
野菜スープ
パイナップルゼリー

フルーツパフェ

麦茶

今月の誕生会は子ども達の大好きなデミグラスソースハンバーグです。
時間のない時にでも簡単にできる、本格的な味の
デミグラスソースレシピをご家庭でも是非お試し下さい。

～レシピ紹介～

《 材料 》

A	すりおろした玉葱	1/4個
	ケチャップ	大さじ3
	ソース	大さじ2
	赤ワインまたは酒	大さじ1
B	醤油	小さじ2
	コンソメ	小さじ1
	砂糖	小さじ1
	バター	10g
	コショウ	適量

【デミグラスソース】

- ①鍋にAの調味料を合わせ火にかける。
- ②煮立ったらBを加え、弱火で5分火にかける。
※この時焦げやすいので、絶えずかき混ぜて下さい。
- ③5分たったら火を止め最後にバターを加え
お好みでコショウも振り入れる。

離乳食 【 9～11ヶ月頃 】

午前食

午後食



軟飯
おろし納豆
夏野菜の煮物
味噌汁
オレンジ



煮込みうどん
りんごゼリー

