



9月8日(火)



昼食

おやつ



レーズンロール
玉葱とコーンのフリッター
ささみの和え物
コンソメスープ
梨

フロズンデザート
ウエハース
麦茶

コーンと玉葱の甘みを感じられる洋風天ぷらです。
コーンを人参や枝豆・エビやイカに変えても
美味しくいただけます。

～レシピ紹介～

《 材料 》

ホールコーン缶	90 g
玉葱	120 g
ツナ缶	25 g
小麦粉	90 g
塩	少々
こしょう	少々
揚げ油	適量

【コーンと玉葱のフリッター】

- ①コーン・ツナ缶はザルにあげ水気を切っておく。
- ②玉葱は1cm角に切る。
- ③小麦粉・塩を加えた中に水を加え衣を作る。
- ④③の中に①を加え混ぜる。
- ⑤適温の油の中にスプーンで落としていく。

離乳食 【9～11ヶ月頃】

午前食

午後食



スティックパン
たらの洋風煮
野菜サラダ
コンソメスープ
果物



軟飯
味噌汁
お浸し

