



カレーライス
もやしとハムのナムル
野菜スープ
りんご



かりんとうドーナツ

牛乳

中の生地はしっとりとしていて、黒糖の風味がおいしいドーナツです。形はドーナツ型やツイストなど、お好みでアレンジしてみてください。

～レシピ紹介～

《材料：作りやすい分量》

A	薄力粉	80g
	強力粉	40g
	粉末黒糖	40g
	スキムミルク	10g
	ベーキングパウダー	5g
	塩	ひとつまみ
	無塩バター	10g
	ぬるま湯	大さじ3
	揚げ油 (アイシング)	適量
	砂糖	50g
水	大さじ1	

【かりんとうドーナツ】

《作り方》

- ①Aの粉類を合わせてふるっておく。
- ②バターを電子レンジで溶かす。
- ③①と②に水を加えてよく混ぜる。
- ④めん棒を使い、12cm角の正方形に伸ばし生地をカットする。(6×3→18等分)
- ⑤油で揚げる。
- ⑥アイシングの材料を混ぜ、ドーナツが冷めてから全体に絡める。

離乳食【9～11ヶ月頃】

午前食



軟飯
肉じゃが
もやしナムル
味噌汁
りんご

午後食



スティックパン
豆腐のケチャップ煮
フレンチサラダ

