



# 1月7日(木)



## 昼食

## おやつ



ロールパン  
 マカロニグラタン  
 レモンが香るさっぱりサラダ  
 貝だくさんスープ  
 オレンジ

七草粥  
 麦茶

「マカロニグラタン」は子供たちに人気なメニューです。  
 乳児クラスからみんなよく食べています。  
 寒い冬に体暖かくなるメニューです。

### ～レシピ紹介～

#### 《材料：子ども5人分》

鶏もも肉	100g
玉葱	90g
バター	8g
コンソメ	小1
塩	小1/2
牛乳	180g
小麦粉	大1
マカロニ	45g
ピザ用チーズ	30g

#### 【マカロニグラタン】

- ①鶏もも肉・・・サイコロ  
玉葱・・・1/2スライスに切っておく。
- ②マカロニは茹でておく。
- ③牛乳と小麦粉は合わせて溶いてこす。  
それを火にかけてながら混ぜて、ホワイトソースを作る。
- ④鍋にバターを入れ、鶏もも肉と玉葱を炒めて  
コンソメと塩で味を付ける。
- ⑤④にマカロニとホワイトソースを入れて合わせる。
- ⑥断熱容器に入れて、上にピザ用チーズをかけ  
オーブンでチーズに焦げ目がつくまで焼く。

### 離乳食【7～8ヶ月頃】

午前食

午後食



パン粥  
 鶏肉のクリーム煮  
 さっぱりサラダ  
 コンソメスープ  
 オレンジ

ミルク

