



# 2月1日 (月)



## 昼食

## おやつ



オニライス  
 鰯の蒲焼き  
 具たくさん汁  
 せんきゃべツ  
 みかん

鬼まんじゅう

麦茶

節分メニューのオニライス、鰯の蒲焼き、鬼まんじゅうです。  
 オニライスは御飯にウインナーや野菜などを使って鬼の顔を作ります。  
 子どもたちも鬼の顔に大喜びしてくれました♪

### ～レシピ紹介～

≪ 材料：家族4人分 ≫

鰯	4.0g×4
生姜	4g
片栗粉	2.2g
揚げ油	適量
☆砂糖	小1
☆醤油	小1強
☆ガーリックパウダー	少々
☆水	20g

### 【鰯の蒲焼き】

- ①生姜はすりおろして、しぼり汁をとる。
- ②鰯を生姜のしぼり汁で漬ける。
- ③漬けた鰯に片栗粉をまぶして、油で揚げる。
- ④☆の調味料を合わせたたれに、揚げた鰯を入れて絡める。
- ⑤食べやすい大きさに切って、皿に盛り付ける。

## 離乳食 【9～11ヶ月頃】

午前食

午後食



軟飯  
 白身魚の照り焼き  
 根菜煮  
 味噌汁  
 みかん



煮込みうどん  
 フルーツポンチ  
 野菜スティック

