



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	2.0g

【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

