



発芽玄米御飯
厚揚げのエビマヨ風
せんキャベツ
ひじきの煮物
味噌汁
みかん



ミックスピザ
牛乳

「厚揚げのエビマヨ風」は咀嚼を促すメニューです。
乳児クラスからみんな、よく噛んでいます。
厚揚げをエビや、鶏肉に変えても喜ばれます。

～レシピ紹介～

《 材料・子ども5人分 》

A	厚揚げ	150g	B	マヨドレ	大2・1/2
	薄力粉	大2		ケチャップ	小1/2
	片栗粉	大1/2		練乳	小1
	ベーキングパウダー	0.5g		牛乳	小1
	塩	少々		干しエビ	3g
	ごま油	小1/2		アスパラガス	30g
	水	大2			

【厚揚げのエビマヨ風】

- ①厚揚げをコロコロに切る。
(園では3×6のサイコロに切ってます。)
- ②アスパラガスを斜めに切り茹でておく。
- ③Aをボールに入れ混ぜ、衣を作る。
- ④衣に厚揚げをくぐらせ、揚げる。
- ⑤干しエビをフードプロセッサーで細かくする。
(包丁で細かくしても大丈夫です。)
- ⑥Bをボールに入れ混ぜてソースを作る。
- ⑦揚げた厚揚げをソースに絡める。
- ⑧出来上がりにアスパラをのせて完成。

離乳食【9～11ヶ月頃】

午前食

午後食



軟飯
かわい香味焼き
和え物
味噌汁
果物



サイコロパン
コールスロー
コロコロスープ

