



和風パスタ
豚しゃぶサラダ
貝たくさんスープ
フルーツポンチ

ぼたもち
麦茶

「ぼたもち」は春のお彼岸に食べられます。小豆を牡丹の花に見立てたことから「ぼたんもち」と呼ばれていたものが「ぼたもち」に変わったとも言われています。形は似ていますが秋のお彼岸に食べられるのは「おはぎ」です。「ぼたもち」で春を感じてみてはいかがでしょうか。

～レシピ紹介～
《 材料・子ども5人分 》
精白米 1合半
小豆 50g
砂糖 大4
塩 少々
きな粉 10g
砂糖 大1/2強
塩 少々

【ぼたもち】

- ①精白米を研ぎ炊く。
- ②小豆に水を入れ一度沸騰させ、水を切る。
- ③もう一度水を入れ、小豆が軟らかくなるまで煮る。
- ④軟らかくなったら、砂糖を3回に分けて入れる。
この時は焦げやすいので、へらで混ぜる。
- ⑤最後に塩を入れ、味を調える。
- ⑥きな粉・砂糖・塩を混ぜておく。
- ⑦炊けた御飯を食べやすい大きさに丸める。
- ⑧それぞれ小豆ときな粉をつけて完成。

離乳食 【 9～11ヶ月頃 】

午前食

午後食



五目うどん
納豆入りお焼き
フルーツポンチ



軟飯
たらこの煮付け
味噌汁

