



醤油ラーメン
キャベツシュウマイ
添え野菜
フルーツポンチ



わかめおにぎり
麦茶

みんな大好きラーメンの日！今日のシュウマイは専用の皮がなくても、キャベツを使って簡単にできちゃいます。お肉と一緒に野菜も食べられるので、ぜひお試しください！

～レシピ紹介～

《 材料：子ども5人分 》

- 豚挽肉 200g
- 玉葱 60g
- しめじ 25g
- 生姜（しぼり汁） 適量
- 醤油 大1
- ごま油 小1
- 片栗粉 小2
- キャベツ 75g

【キャベツシュウマイ】

- ①キャベツ…千切り
- ②玉葱・しめじ…みじん切り
- ③キャベツ以外の材料と調味料を全て混ぜ合わせる。
- ④10等分に分けて丸める。
- ⑤丸めた肉の周りに①のキャベツをまとわせる。
- ⑥蒸し器で20分程蒸す。

離乳食【9～11ヶ月頃】

午前食

午後食



煮込みうどん
ささみの和え物
フルーツポンチ



御飯
味噌汁
お浸し

