9月 2日（木）

昼　食

サラダうどん
信田巻き
添え野菜
フルーツポンチ

おやつ

サモサ

牛乳

「信田巻き」は肉だねを油揚げで包んで煮汁で煮るので
油揚げがふっくらとジューシーで子どもにも食べやすいメニューです。
おやつの「サモサ」とともに、とても好評です。

～レシピ紹介～

≪　材料：油揚げ2枚分　≫

	油揚げ	40ｇ
A	鶏ひき肉	80ｇ
A	もやし	30ｇ
A	キャベツ	30ｇ
A	人参	30ｇ
A	醤油	小1
A	酒	小１弱
A	片栗粉	小1
B	醤油	小２弱
B	みりん	小２強
B	砂糖	小さじ1
B	水	70ｇ

【 信田巻き 】

①油揚げは長い一片を残し、3辺を切り開く。
②材料を切る。
　もやし・キャベツ・人参…粗みじん切り
　（もやし・キャベツは分量外の塩を振り、水気を絞る）
③［A］を全て合わせてよく混ぜ、肉だねを作る。
④油揚げを奥２㎝残して、肉だねを広げて巻く。
⑤巻き終わりを下にして、［B］の調味料で煮る。

離乳食　【 ９～１１ヶ月頃 】

午前食

サラダうどん
かれいの煮付け
フルーツポンチ

午後食

軟飯
豆腐のまさご焼き
味噌汁