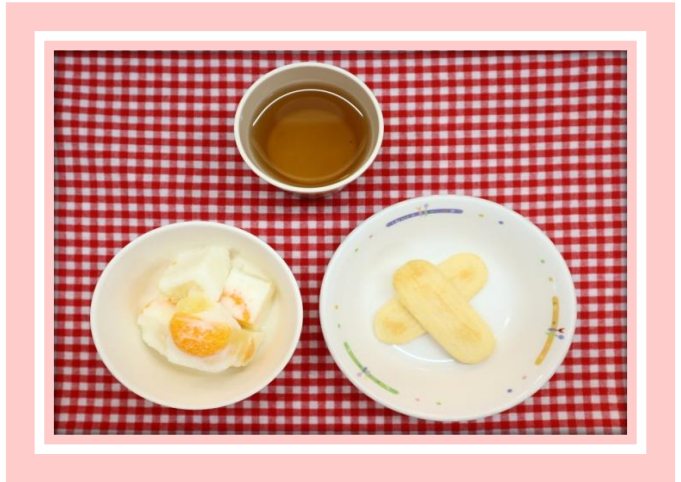


昼食

おやつ



野菜パン (かぼちゃ)  
玉葱とコーンのフリッター  
ささみの和え物  
コンソメスープ  
梨

フローズンデザート  
せんべい  
麦茶

9月ですが晴れると気温が上がりまだまだ暑いですね。  
今日のおやつはひんやりおいしいフローズンデザートです。  
果物とカルピス風味のシャーベットで子どもたちもにっこりです。

～レシピ紹介～  
《 材料：子ども7人分 》  
ささみ 2本  
酒 大1  
もやし 150g  
きゅうり 1/2本  
白すりごま 10g  
醤油 小1強  
砂糖 大1弱  
酢 小1弱  
ごま油 大1/2

【 ささみの和え物 】

- ① ささみは酒をふり、耐熱皿に並べレンジで5分位加熱する。
- ② きゅうりを千切りにする。
- ③ もやしを折って茹でておく。
- ④ ささみを手でさいておく。
- ⑤ 材料全てを調味料で合わせる。

離乳食 【 9～11ヶ月頃 】

午前食

午後食



スティックパン  
たらの洋風煮  
フレンチサラダ  
コンソメスープ  
梨

冷やしうどん  
オレンジゼリー

