



お赤飯  
 たらしの和風ムニエル  
 紅白なます  
 お吸い物  
 果物ゼリー

林檎ケーキ  
 麦茶

七五三メニューです。お祝い事によく食べられるお赤飯と紅白なますを取り入れた献立です。おやつには赤い色がきれいな林檎ケーキです。

～レシピ紹介～

《 材料・作りやすい分量 》

A	小麦粉	65g
	油	18g
	りんごジュース	100ml
	ベーキングパウダー	6g
B	砂糖	25g
	りんご	100g
	砂糖	9g
	レモン果汁	少々
	生クリーム	50g

【 林檎ケーキ 】

《作り方》

- ①Aの粉類を振るい、りんごジュース・油を入れて混ぜ合わせ、170℃13分焼く。
- ②りんごは皮付きのままサイコロにカットする。カットしたりんごとBの砂糖を鍋に入れて焦がさないようにしながら軟らかくなるまで煮る。最後にレモン果汁を入れる。
- ③生クリームを泡立てる。
- ④①を四角にカットしてお皿に盛り付ける。
- ⑤②③を盛り付けたら完成です。

離乳食 【 9～11ヶ月頃 】

午前食

午後食



軟飯  
 煮魚  
 お浸し  
 味噌汁  
 柿



煮込みうどん  
 りんごゼリー

