



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 》

【 林檎ケーキ 】

《 作り方 》

- |   |           |       |
|---|-----------|-------|
| 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   |

- ① A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。
- ④ ①を四角にカットしてお皿に盛り付ける。
- ⑤ ②③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

