



稲荷御飯  
鶏肉の味噌漬け焼き  
ひじきサラダ  
清まし汁  
果物盛り合わせ

フルーツゼリー  
麦茶

6月の誕生会メニューです。  
油揚げを使った料理を「稲荷」と呼ぶのは日本の神話から来ています。  
キツネは稲荷神社の神使で五穀豊穡の神であり  
豆腐の天ぷら、油揚げをお供えするようになってからです。

～レシピ紹介～

≪ 材料 5人分 ≫

|   |        |          |
|---|--------|----------|
|   | 御飯     | 茶碗5杯     |
| A | 油揚げ    | 50g      |
|   | 醤油     | 大1       |
|   | 砂糖     | 大1       |
|   | みりん    | 大1       |
| B | 隠元     | 20g      |
|   | 砂糖     | 大1       |
|   | 酢<br>塩 | 大2<br>少々 |

【稲荷御飯】

- ①油揚げ→横3等分にしてスライス  
隠元→小口切りにして茹でておく
- ②油揚げにAを入れ、汁気がなくなるまで火にかける。
- ③Bを火にかけ、砂糖が溶けたら温かい御飯と混ぜ合わせ酢飯を作る。
- ④酢飯に味付けした油揚げを合わせる。
- ⑤彩りに上から隠元をのせる。

離乳食【9～11ヶ月頃】

午前食

午後食



軟飯  
ささみのとろとろ煮  
煮浸し  
味噌汁  
宇和ゴールド



スティックパン  
きゅうりのサラダ  
コンソメスープ

