



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 塩	大2 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

