



ハンバーガー  
スパゲティソテー  
フレンチサラダ  
野菜スープ  
オレンジ



青菜おにぎり  
麦茶

今日のハンバーガーは切れ目の入ったパンに子どもたちが好きなように具材をはさんで食べます。自分で作ることで、いつもと違う楽しい給食になりました！

～レシピ紹介～

【 フレンチサラダ 】

《材料：子ども5人分》

《作り方》

キャベツ 100g  
人参 40g  
きゅうり 50g  
☆酢 大1/2  
☆塩 少々  
☆油 小2

①野菜を切る。  
キャベツ…千切り 人参…千切り  
きゅうり…千切り  
②キャベツ・きゅうりは塩を振り混ぜて、少ししたら水気を絞っておく。  
③人参を茹でて水にさらしてから、水気を絞って別にしておく。  
④☆の調味料を全て混ぜ合わせる。  
⑤②の野菜に④の調味料を入れてよく混ぜる。

離乳食 【 9～11ヶ月頃 】

午前食

午後食



スティックパン  
ささみの洋風煮  
フレンチサラダ  
コンソメスープ  
オレンジ



軟飯  
味噌汁  
和え物

