



9月8日 (木)



昼食

おやつ



サラダうどん
 高野豆腐のつくね焼き
 せんきゃべツ
 フルーツポンチ

サモサ
 牛乳

今日の献立はさっぱり食べられる冷たいサラダうどんです。
 高野豆腐のつくね焼きは甘しょっぱいとろみダレをかけることで
 食感がモサモサせず、味にもアクセントがついて食欲が進みます。

～レシピ紹介～

≪ 材料 子ども5人分 ≫

餃子の皮	10枚
ツナ缶	60g
人参	80g
砂糖	3g
ケチャップ	40g
ピザソース	40g
揚げ油	適量

【サモサ】

- ①人参をみじん切りにする。
- ②人参を炒め、ツナ缶と調味料を加えて、味を整え、人肌まで冷ます。
- ③餃子の皮に具をのせて包む。
好きな形に包んでいただいて大丈夫です。
- ④180℃の油でこんがり色がつくまで揚げる。

離乳食 【9～11ヶ月頃】

午前食

午後食



サラダうどん
 白身魚のムニエル
 フルーツポンチ



軟飯
 和え物
 味噌汁

