

昼食

おやつ



醤油ラーメン  
シュウマイ  
添え野菜  
フルーツヨーグルト

稻荷御飯  
牛乳

「シュウマイ」は包むのではなく細く切った皮をのせて蒸してしています。  
この形だと小さな子どもでも食べやすくなっています。

～レシピ紹介～  
《材料・子ども5人分》

【シュウマイ】  
《作り方》

あん	豚挽肉	180g
	玉葱	60g
	醤油	小1
	酒	小1
	砂糖	小1
	片栗粉	小2
	シュウマイの皮	10枚程

- ①玉葱…みじん切り  
シュウマイの皮…長さ1/2の千切り
- ②あんの具材を粘りが出るまで混ぜる。
- ③あんを丸めて上にシュウマイの皮をのせる。
- ④蒸し器で中に火が通るまで蒸せばできあがり。

離乳食 【 9～11ヶ月頃 】

午前食

午後食



五目うどん  
しらす和え  
フルーツヨーグルト



軟飯  
煮浸し  
味噌汁

