



炊き込みご飯
厚焼き卵
千切り野菜の和え物
味噌汁
オレンジ



ブルーベリーマフィン
牛乳

今日のおやつはブルーベリーマフィンです。
マフィンは作り方により2種類に分かれます。
カップケーキ状の焼き菓子をアメリカ式マフィン
平らな円形状のパンをイギリス式マフィンといいます。

～レシピ紹介～

＜ 材料 10個分 ＞

| | |
|-----------|------|
| 薄力粉 | 200g |
| 砂糖 | 60g |
| ベーキングパウダー | 大1/2 |
| 豆乳または牛乳 | 180g |
| 油 | 60g |
| ブルーベリージャム | 60g |

【ブルーベリーマフィン】

- ①生地を作る。
Aの薄力粉・ベーキングパウダー・砂糖を合わせてふるう。
豆乳(または牛乳)と油を加えて、よく混ぜる。
- ②アルミカップに流す。
アルミカップに生地→ジャム→生地→ジャムの順で流し竹串でマーブル状に混ぜる。
- ③オーブンで160℃、8分で焼く。
- ④焼き上がりに竹串を刺して生地がついてこなければ完成。

離乳食 【9～11ヶ月頃】

午前食

午後食



軟飯
肉団子
和え物
味噌汁
オレンジ



スティックパン
野菜のトマト煮
ジュリアンスープ

