



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

