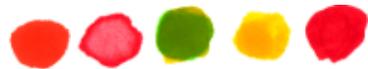




# 1月27日 (金)



## 昼食

## おやつ



カレーうどん  
とり天  
せんキャベツ  
フルーツポンチ



ごぼうピラフ  
麦茶

「とり天」は大分県の郷土料理です。  
今回は鶏もも肉を使用していますが  
鶏胸肉に変えると、あっさりとした味わいになります。

～レシピ紹介～

《材料：子ども5人分》

	鶏もも肉	200g
A	醤油	小1
	酒	小1
	生姜の絞り汁	4g
	小麦粉	大6
B	片栗粉	大1・1/2
	ベーキングパウダー	1g
	食塩	少々
	油	小1/2
	水	70g
	揚げ油	適量

【とり天】

《作り方》

- ①鶏もも肉を一口大に切り、Aの調味液に10分程漬ける。
- ②Bを混ぜ合わせ衣をつくる。
- ③①の鶏もも肉に②の衣をつけ、180℃の油で揚げる。

### 離乳食【5～6ヶ月頃】

#### 午前食



お粥ペースト  
豆腐ペースト  
野菜ペースト  
野菜スープ  
りんご

