



御飯
 かわいいの葱味噌焼き
 刻み昆布の炒り煮
 お浸し
 味噌汁
 オレンジ

豆腐ドーナツ
 牛乳

かわいいは軟らかく小さな子どもでもとても食べやすい魚です。
 今回は葱味噌をのせて焼いていますが煮付けにするのもおすすめです。
 おやつ豆腐ドーナツも豆腐を入れることでふわふわに仕上がります。

～レシピ紹介～

【 かわいいの葱味噌焼き 】

《材料：子ども5人分》

《作り方》

- かわいい 40g × 5枚
- 味噌 大1
- 砂糖 大1
- みりん 小1
- 長葱 15g

- ①長葱を粗みじん切りにする。
- ②調味料と長葱を合わせる。
- ③かわいいに葱味噌を上からぬる。
- ④グリルでこんがりするまで焼く。
 (フライパンやオーブントースターでも作れます。)

離乳食 【 7～8ヶ月頃 】

午前食



全粥
 かわいいの味噌煮
 野菜煮
 味噌汁
 オレンジ

