



カレーライス  
グリーンサラダ  
ココロスープ  
りんご



ココアマフィン

牛乳

今日のおやつ『ココアマフィン』は今月のおやつ人気ナンバーワンメニューです。  
外はさっくり中はふんわりしていて子どもたちもよく食べてくれます。  
混ぜて焼くだけの簡単レシピなのでお子さんと一緒に作ってみてはいかがでしょうか。

～レシピ紹介～

《材料：5人分》

薄力粉	55g
ココア	大1
ベーキングパウダー	大1/2
砂糖	大3と1/2
牛乳	95g
油	大2と1/2

【ココアマフィン】

《作り方》

- ①粉類を全て一緒に振るっておく。
- ②牛乳・油の順に入れて混ぜ合わせる。
- ③アルミカップに流し入れる。
- ④180℃に温めたオーブンで15分程焼く。

離乳食【9～11ヶ月頃】

午前食



軟飯  
豆腐の野菜あんかけ  
グリーンサラダ  
味噌汁  
りんご

午後食



スティックパン  
野菜のトマト煮  
ジュリアンスープ

