



1月11日 (木)



昼食

おやつ



お赤飯
 松風焼き
 紅白なます
 芋きんとん
 清まし汁

つぶつぶみかんのゼリー

いちごのスティックケーキ

麦茶

1月の誕生会メニューです。おせち料理をテーマにした献立になっています。
 きんとんは、黄金に輝く小判をイメージした見た目から【金運や豊かな一年が送れますように】
 という願いが込められたお正月料理に欠かせない一品です。
 今回の芋きんとんでは、りんごを上のにせています。
 作り方も簡単で、甘さを好みに変えられるのでおやつにもぴったりです。

～レシピ紹介～

《材料：子ども5人分》

さつま芋	155g
みりん	25g
砂糖	6g
お湯	37.5g
りんご	155g

【芋きんとん】

- ①さつま芋は皮をむき、茹でてつぶしておく。
 ※潰した後にザルで裏ごしするか、フードプロセッサーにかけると滑らかになります。
- ②りんごは皮をむき、小さめのサイコロに切る。柔らかくなるまで煮る。
- ③みりんは砂糖と一緒に鍋に入れ火にかけ、アルコールを飛ばす。
- ④①のさつま芋に③とお湯を加えて混ぜる。
 ※お湯は、さつま芋の柔らかさを見ながら調整して加える。
- ⑤④をお皿に盛り、上りんごをのせたらできあがり。

離乳食【9～11ヶ月頃】

午前食

午後食



軟飯
 根菜ハンバーグ
 和風サラダ
 味噌汁
 いちご



味噌煮込みうどん
 バナナヨーグルト

