

昼食

おやつ



ごぼうピラフ  
 デミグラスソースハンバーグ  
 オニオンドレッシングサラダ  
 野菜スープ  
 パイナップルゼリー

フルーツパフェ

麦茶

8月の誕生会メニューです。  
 オニオンドレッシングは、肉や魚にかけてもおいしい万能なドレッシングです。  
 玉葱を加熱することで、辛味が甘味に変化しますので  
 小さなお子さんでもおいしく食べられます。

～レシピ紹介～  
 << 材料・子ども5人分 >>  
 かにかまぼこ 50g  
 もやし 20g  
 きゅうり 75g  
 玉葱 50g  
 醤油 小1  
 砂糖 小1  
 酢 小1  
 油 大1/2

【オニオンドレッシングサラダ】

- ①かにかまぼこ…半分の長さに切り、ほぐす  
 もやし …折って茹でておく  
 きゅうり …半月切りにし、軽く塩をしてから水気を絞る
- ②玉葱はすりおろすかフードプロセッサーでみじんにし  
 レンジで加熱してから冷まして、醤油・砂糖・酢・油を入れてドレッシングを作る。
- ③すべての具材をドレッシングで和える。

離乳食【9～11ヶ月頃】

午前食

午後食



軟飯  
 ミートボール  
 夏野菜の煮物  
 味噌汁  
 メロン

スティックパン  
 ジュリアンスープ  
 彩り野菜のサラダ

