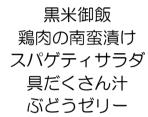
## ▶ 10月4日(金) ●●●

昼食おやつ







クランブルアップルケーキ 麦茶

今月の誕生会の『鶏肉の南蛮漬け』は揚げた鶏肉に 甘酢っぱいタレをかけて、さっぱりと食べられるメニューです。 おやつの『クランブルアップルケーキ』はザクザク食感が楽しいケーキです。

## ~レシピ紹介~

## 【 鶏肉の南蛮漬け 】

《材料・子ども5人分》

《作り方》

- 鶏肉 40g×5枚 塩 少々 小麦粉 大2 適量 揚げ油 30g 玉葱 25g 人参 ☆酢 小1 ☆砂糖 *يا*ا2 ☆醤油 大1/2
- ①鶏肉に下味の塩をして小麦粉をまぶして揚げる。 ②玉葱はスライス、人参は千切りにしてひたひたの水を入れて煮る。 ③②の野菜が軟らかくなったら、☆の調味料を入れて味をつける。 ④鶏肉を食べやすい大きさに切って、上から③のタレをかける。

## 離乳食 【7~8カ月頃】 午前食



全粥 納豆の野菜あんかけ 大根のきんぴら 味噌汁 オレンジ

