



バターロール
 トマトソースオムレツ
 さっぱりサラダ
 根菜スープ
 りんご



だまっこ汁
 麦茶

今日のおやつ『だまっこ汁』は秋田県の郷土料理で
 ごはんをつぶして丸めるといふ意味の「だま」に秋田の方言の「こ」がついたと言われています。
 鶏と野菜の旨味がしっかり浸み込んでおいしく温まるメニューです。

～レシピ紹介～

【 だまっこ汁 】

《材料・子ども4人分》

《作り方》

御飯	250g
鶏小間肉	80g
長葱	50g
ごぼう	40g
せり	30g
醤油	大2
酒	小1.5
水	800ml

- ①長葱…1/2小口切り せり…1～2cm
ごぼう…さがきにし、水にさらす
- ②水800mlにごぼうを入れ軟らかくなるまで煮る。
- ③御飯をボウルに入れ、めん棒で粒が残る程度につぶす。
手に水をつけ、ピンポン玉ぐらいの大きさに成形する。
- ④②に鶏肉を加え、火が通ったらねぎを加える。
- ⑤調味料を入れ、せりを加えさっと火を通す。
- ⑥お皿に③を入れ、汁を入れたらできあがり。

離乳食 【9～11カ月頃】

午前食

午後食



スティックパン
 豚肉の野菜炒め
 さっぱりサラダ
 根菜スープ
 りんご



軟飯
 小松菜のお浸し
 味噌汁

