



# 12月9日 (月)



## 昼食

## おやつ



味噌ラーメン  
 ナゲット  
 添え野菜  
 フルーツヨーグルト

バター醤油ポテト  
 麦茶

『ナゲット』には木綿豆腐を入れてふわふわ軟らかく仕上げることで  
 小さな子どもでもとても食べやすくなります。  
 おやつ『バター醤油ポテト』は今月の新メニューです！

～レシピ紹介～

【 ナゲット 】

《材料・子ども5人分》

木綿豆腐	150g
鶏挽肉	170g
ガーリックパウダー	少々
生姜(絞り汁)	適量
玉葱	45g
醤油	小1/2
塩	一つまみ
片栗粉	大1
揚げ油	適量

《作り方》

- ①豆腐の水気を切る。
- ②玉葱をみじん切りにする。
- ③豆腐を潰しながら、全ての材料を混ぜ合わせ小判型に成型する。
- ④180℃の油できつね色になるまで揚げる。

### 離乳食 【9～11カ月頃】

午前食

午後食



あんかけうどん  
 しらす炒め  
 りんごヨーグルト



スティックパン  
 マッシュポテト  
 コンソメスープ

