

4月18日 (金)

昼食

おやつ



人参御飯
豚肉の南蛮漬け
添え野菜
ポテトサラダ
清まし汁
アセロラゼリー

フレッシュいちごのケーキ

麦茶

4月の誕生会メニューです。「豚肉の南蛮漬け」は甘酸っぱく御飯が進むメニューです。お肉だけではなく揚げた魚にタレ、タルタルソースをかけてもおいしくいただけます。

～レシピ紹介～

《 材料:子ども5人分 》

A	豚肉	170g
	塩	少々
	小麦粉	大2
B	酢	小1
	砂糖	小1.5
	醤油	小1.5
C	水	小2
	玉ねぎ	50g
	ピクルス	5g
	マヨネーズ	大1.5
	砂糖	少々

【 豚肉の南蛮漬け 】

- ①豚肉に塩をふりなじませ、小麦粉を全体にふるう。
- ②Bを全て合わせて砂糖が溶けるまで火にかけタレを作る。
- ③玉ねぎをみじん切りにし電子レンジで1分加熱し冷まして絞っておく。
- ④ピクルスをみじん切りにし、Cを全て合わせる。
- ⑤Aを油で揚げ、油を切る。
- ⑥お皿に味付けした肉を盛りつけCのタルタルを上のにのせて完成。

離乳食 【9～11ヶ月頃】

午前食

午後食



煮込みうどん
白和え
フルーツヨーグルト



軟飯
お浸し
味噌汁

