

昼食

おやつ



ごぼうピラフ
 トマトソースハンバーグ
 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

「パイナップルゼリー」は、パインのイエローがとても鮮やかなゼリーです。レモンゼリーもキラキラして夏にピッタリ！甘酸っぱいゼリーで気分も爽やかに♪

～レシピ紹介～ 【パイナップルゼリー】

《材料・作りやすい分量》

《作り方》

A	パイナップルジュース	200g
	砂糖	30g
	粉寒天	2g
	水	200g
B	パイナップル	80g
	砂糖	55g
	粉寒天	1.2g
	水	300g
	レモン果汁	大1

- ①パイナップルジュースを人肌程度まで温めておく。
- ②Aの粉寒天と水をよく混ぜ、2分間ほど沸騰させる。
- ③②に砂糖とジュースを加え混ぜる。
バットに流し、冷やし固める。
- ④Bの粉寒天と水をよく混ぜ、2分間ほど沸騰させる。
- ⑤④に砂糖を加えて混ぜ、少し冷めたらレモン果汁を混ぜる。
バットに流し、冷やし固める。
- ⑥パイナップルを小さなサイコロに切る。
パイナップルゼリーはサイコロに切る。
レモンゼリーは泡だて器やフォークなどで崩す。
- ⑦パイナップルゼリー、クラッシュゼリー、パインの順に盛り付けて出来上がり。

離乳食 【5～6ヶ月頃】

午前食

午後食



お粥ペースト
 豆腐ペースト
 野菜ペースト
 野菜スープ
 バナナ

ミルク

