



9月9日 (火)



昼 食

お や つ



バターロール
メンチカツ
大根サラダ
サイコロスープ
オレンジ

天かすおにぎり

麦茶

今日の献立は子どもにも職員にも大人気の『メンチカツ』になります。
1つ前のホームページでも紹介した栄養たっぷりの豆腐を入れ
ふわふわでジューシーなメンチカツになっています。
是非メンチカツをつくる際は豆腐を入れて作ってみて下さい。

～レシピ紹介～

≪ 材料:お茶碗2杯分 ≫

御飯	お茶碗2杯分
揚げ玉	20g
青海苔	少々
塩こんぶ	5g
かつお節	5g
醤油	小2
みりん	大1

【天かすおにぎり】

- ①醤油、みりんを弱火にかけ、煮切る。
(レンジで加熱でも大丈夫です。)
- ②お茶碗2杯分(150g)のご飯に
煮切ったタレと、材料を全て合わせよく混ぜる。
- ③好きな形に握ってお皿に盛り完成。

離乳食 【5～6ヶ月頃】

午前食



お粥ペースト
ささみペースト
野菜ペースト
野菜スープ

