



キャベツとベーコンとしらすの和風パスタ
ツナの和え物
野菜スープ
フルールヨーグルト

おはぎ
牛乳

秋のお彼岸は収穫の時期にあたるため、五穀豊穡を祈る意味でおはぎを供える習慣が定着しました。おはぎに使われるもち米は、古くから豊作の象徴とされておりこのもち米を使ったおはぎを食べることで、自然の恵みに感謝し次の収穫時期に向けての祈願を行うという意味合いがあります。

～レシピ紹介～

【キャベツとベーコンとしらすの和風パスタ】

◀ 材料:子ども5人分 ▶

スパゲティ	250g
キャベツ	185g
長葱	25g
ベーコン	55g
油	適量
醤油	大1/2
鶏がら	小2
ガーリックパウダー	少々
しらす	30g
刻みのり	適量
浅葱	適量

- ①材料を切る。
キャベツ→四角 長葱→1/2斜め
ベーコン→短冊切り 浅葱→小口切り
- ②スパゲティは茹で、分量外の油を絡めておく。
- ③油でキャベツ・長葱・ベーコンを炒める。
鶏がら・ガーリックパウダーで味をつける。
- ④しらすは茹で、水にさらし、絞っておく。
- ⑤麺に醤油を絡め、③の具材と混ぜる。
- ⑥⑤を盛り、上からしらす・刻みのり・浅葱をのせて完成。

離乳食 【5～6ヶ月頃】

午前食



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

