

10月23日 (木)

昼食

おやつ



御飯
レバーの甘酢あん
せんキャベツ
白菜のお浸し
味噌汁
りんご



里芋のチーズ焼き
麦茶

園では里芋をしましたが、じゃが芋・さつまいもでも
おいしく仕上がります。
甘味のある芋なら、おやつにも最適です。

～レシピ紹介～
《材料・子ども5人分》

里芋 170g
クレイジーソルト 少々
コンソメ 少々
ピザ用チーズ 35g
パン粉 適量
乾燥パセリ 適量

【里芋のチーズ焼き】
《作り方》

- ①里芋は4等分のスライスにし、電子レンジまたは鍋で茹でておく。
- ②茹で上がったらずるにあけ、水気を切る。
- ③水気が切れたら、クレイジーソルト・コンソメをまんべんなくからめる。
- ④耐熱皿に里芋を入れ、ピザ用チーズとパン粉をのせオーブントースタで焦げ目がつくまで焼き上げる。
- ⑤焼き上がりに乾燥パセリをかけ出来上がり。

離乳食 【9～11ヶ月頃】

午前食



軟飯
豆腐ステーキ
和え物
味噌汁
りんご



味噌煮込みうどん
サイコロ野菜

