

昼食

おやつ



御飯(海苔の佃煮)
厚焼き卵
五目きんぴら
味噌汁
みしょうかん



お好み焼き
牛乳

残ってる海苔や湿気ってしまった海苔など使う機会がないときは
ちょっと一工夫して佃煮にしてみませんか？
子どもたちにも大人気のメニューです。

～レシピ紹介～
《材料・子ども5人分》

【海苔の佃煮】
《作り方》

刻みのり 5g
みりん 大1/2
砂糖 小1/2
醤油 小1
水 大2

①鍋に刻みのりを小さくちぎって入れる。
②調味料を全部加えて
弱火で煮詰めたら出来上がり♪

離乳食【9～11ヶ月頃】

午前食

午後食



軟飯
ハンバーグ
人参のきんぴら
味噌汁
みしょうかん



ステイッパン
フレンチサラダ
ミルクスープ

