



稲荷御飯
鶏肉の味噌漬け焼き
ひじきサラダ
清まし汁
果物の盛り合わせ

コロコロフルーツのゼリーパフェ
牛乳

今月の誕生会は、暑くなってきたこの時期にぴったりの
酢飯にお稲荷さんが入ってさっぱり食べられる『稲荷御飯』です。
おやつも夏を感じさせる涼しげなゼリーになっています。

～レシピ紹介～

【 稲荷御飯 】

《材料：子ども5人分》

御飯	茶碗5杯
油揚げ	50g
醤油	大1
砂糖	大1
みりん	大1
隠元	20g
☆砂糖	大1
☆酢	大2
☆塩	少々

《作り方》

- ①油揚げ…1/3スライス
隠元…小口切りにして別で茹でる。
- ②油揚げを醤油・砂糖・みりんでき気がなくなるまで煮る。
- ③☆の調味料を混ぜ合わせずし酢を作る。
温かい御飯に入れ切るように混ぜて酢飯を作る。
- ④酢飯に②の油揚げを入れて混ぜ合わせる。
隠元は御飯の上のせる。

離乳食 【5～6ヶ月頃】

午前食



お粥ペースト
野菜ペースト
野菜ペースト
野菜スープ

