

●●●●● 9月18日 (金) ●●●●●

昼 食

お や つ



秋の香丼

白身魚の和風ムニエルタルタルのせ

添え野菜

清まし汁

きらきらゼリー

梨の塩キャラメルケーキ

牛乳

9月の誕生会メニューです。今月は秋を感じるメニューです。
みんな大好き秋の香丼、お魚嫌いでも食べられるムニエルのタルタルのせ
かわいらしいきらきらゼリーです。

～レシピ紹介～

【白身魚の和風ムニエルタルタルのせ】

《材料・子ども5人分》

かかれい 5切れ
塩 少々
小麦粉 小1
油 小3
ごま油 小1
醤油 小1/2
☆玉葱 45g
☆マヨドレ 大1
☆砂糖 小1/2
☆豆乳 小1

《作り方》

①かかれいに塩を振り下味をつける。
②かかれいに小麦粉をまぶして、鉄板に並べて
上から油をかける。
③オーブン180℃で15分焼く。
④ごま油と醤油でソースを作り
焼きあがった、かかれいにかける。
⑤☆の玉葱をみじん切りにしやわらかく茹でて
みずにさらし絞っておく。
⑥☆の調味料と玉葱合わせてかかれいの上のせて出来上がり。

離乳食 【9～11月頃】

午前食

午後食



さつま芋入り軟飯
白身魚の煮付け
根菜煮
具だくさん汁
ずいか



サイコロパン
野菜スープ
コールスローサラダ

