

●●●●● 9月29日 (火) ●●●●●

昼食

おやつ



バターロール
メンチカツ
せんキャベツ
大根サラダ
サイコロスープ
オレンジ



天かすおにぎり

牛乳

大根、きゅうりを千切りにすることで野菜をたくさん
食べることができます。大根サラダは、酢が入っているもので
さっぱりとした味つけになっています。

～レシピ紹介～

【大根サラダ】

《材料・子ども5人分》

《作り方》

大根	130g
きゅうり	65g
塩	少々
酢	小2
砂糖	少々
油	大1
サラダ菜	適量

- ①大根・きゅうり→千切りにする。
サラダ菜は食べやすい大きさにちぎる。
- ②野菜は絞り、調味料で合わせる。
- ③サラダ菜を盛り、②をのせる。

離乳食【9～11月頃】

午前食

午後食



サイコロパン
ハンバーグ
大根サラダ
トマトスープ
オレンジ



軟飯
和え物
味噌汁

