

昼食

おやつ



塩焼きそば
鶏の唐揚げ ねぎソース
わかめスープ
フルーツポンチ



さつま芋のポタージュ
野菜チップス

麦茶

昨日の「いもほり」でたくさん収穫できた
さつま芋を使って今日のおやつは
「さつま芋のポタージュ」と「野菜チップス」
食に携わることで食欲もいつもより倍増です。

～レシピ紹介～

《 材料 》

- さつま芋
- れんこん
- ごぼう
- 片栗粉
- 揚げ油
- 塩

【野菜チップス】

《作り方》

- ①さつま芋は皮付きのままよく洗い、輪切りにする。
- ②ごぼうは泥を洗い落とし、包丁の背かたわしで皮をこそげ取る。
長さ5センチの薄切りにする。
- ③れんこんは皮をむき、輪切りか半月切りにする。
- ④ごぼう・れんこんは片栗粉をつけて揚げる。
さつま芋は素揚げにする。
*そのままでも、軽く塩をすればおつまみにもぴったりです。

離乳食【7～8ヶ月頃】

午前食

午後食



にゅうめん
鶏のそぼろ煮
フルーツポンチ



全粥
豆腐煮
酢の物
味噌汁
梨

