



肉じゃが・インゲンの煮物

(後期：9～11カ月)



<材 料> 1人前

ジャガイモ 20g 人参 5g 玉ねぎ 5g 鶏ひき肉 2g だし汁 適量

醤油 少量 砂糖 少量

インゲン（国産冷凍） 10gを1cmの幅に切たもの

<作り方>

- ① 人参・玉ねぎは1cmの千切りに、ジャガイモは1cm角切にする。
- ② 小鍋にだし汁を取り、人参・玉ねぎ・鶏ひき肉を入れて煮る。
- ③ ②の中にジャガイモを加え、柔らかくなったら、砂糖・醤油をほんの少量入れて盛り付ける。
- ④ 同じ様にだし汁を小鍋に取り、インゲンも同様に作り、小鉢に盛り付ける。



<ワンポイント>

角切りのジャガイモを口の中で潰しながら上手に食べていました。後期食の子は皆完食です。