

手掴みOK!



# ステーキ弁当



## 彩り卵焼き

卵焼きは、たくさんの野菜を  
入れ細く切りました。



## 焼きおにぎり

おにぎりにするより、スティック状にして  
焼きおにぎりにすると、握りやすくなります。



ラップおにぎり

桜エビ入り  
焼きおにぎり

チーズ入り  
焼きおにぎり

## レンコン炒め

レンコンは  
大きくして薄く切ると  
掴みやすく、噛みやすくなります。



幼児は力加減がわからないので、  
握っても大丈夫なような  
食材を多くつかいました。

