

カットミール 離乳食の作り方 (5~6ヶ月頃)

※おかゆの作り方は「離乳食の進め方」の「成長に合わせた素材の固さ」を参照

<p style="text-align: center;">1/24(月)</p> <p style="text-align: center;">大根のとろみピューレ・おかゆ</p>  <p>材料 大根 おかゆ</p> <p>作り方 【大根のとろみピューレ】 おろした大根大さじ1に片栗粉1つまみを加えて混ぜ、ラップをかけ、レンジで目安として500Wで約30秒加熱する。</p>	<p style="text-align: center;">1/25(火)</p> <p style="text-align: center;">白菜のすりのばし・おかゆ</p>  <p>材料 白菜 おかゆ</p> <p>作り方 【白菜のすりのばし】 細かく刻んだ白菜（葉の部分）大さじ1を軟らかくなるまでゆで、すりつぶし、湯少々でのばす。</p>	<p style="text-align: center;">1/26(水)</p> <p style="text-align: center;">キャベツと人参のすりつぶし・おかゆ</p>  <p>材料 キャベツ 人参 おかゆ</p> <p>作り方 【キャベツと人参のすりつぶし】 細かく刻んだキャベツ・人参各大さじ1/2を軟らかくなるまでゆで、すりつぶす。</p>
<p style="text-align: center;">1/27(木)</p> <p style="text-align: center;">ミニトマトのピューレ・おかゆ</p>  <p>材料 ミニトマト おかゆ</p> <p>作り方 【ミニトマトのピューレ】 ミニトマト1コに十文字に切り込みを入れて、水小さじ1を振ってラップをかけ、レンジで目安として500Wで約15秒加熱し、皮・種を取り、すりつぶす。</p>	<p style="text-align: center;">1/28(金)</p> <p style="text-align: center;">白菜と玉葱のすりのばし・おかゆ</p>  <p>材料 白菜 玉葱 おかゆ</p> <p>作り方 【白菜と玉葱のすりのばし】 細かく刻んだ白菜（葉の部分）・食べやすく切った玉葱各大さじ2を軟らかくなるまでゆで、すりつぶし、湯少々でのばす。</p>	<p style="text-align: center;">1/29(土)</p> <p style="text-align: center;">玉葱と人参のすりつぶし・おかゆ</p>  <p>材料 玉葱 人参 おかゆ</p> <p>作り方 【玉葱と人参のすりつぶし】 細かく刻んだ玉葱・人参各大さじ1/2を軟らかくなるまでゆで、すりつぶす。</p>