

## 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;"><b>8/16(火)</b></p> <p style="text-align: center;"><b>かぼちゃのピューレ・おかゆ</b></p> 	<p style="text-align: center;"><b>8/17(水)</b></p> <p style="text-align: center;"><b>白菜のすりつぶし・おかゆ</b></p> 
<p>材料</p>	<p>材料 かぼちゃ  おかゆ</p>	<p>材料 白菜  おかゆ</p>
<p>作り方</p>	<p>作り方 【かぼちゃのピューレ】 皮・種を取り、細かく刻んだかぼちゃ大さじ1を軟らかくなるまでゆで、熱いうちにつぶし、湯少々でのばしてピューレ状にする。</p>	<p>作り方 【白菜のすりつぶし】 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、すりつぶす。</p>
<p style="text-align: center;"><b>8/18(木)</b></p> <p style="text-align: center;"><b>キャベツのすりのばし・おかゆ</b></p> 	<p style="text-align: center;"><b>8/19(金)</b></p> <p style="text-align: center;"><b>玉葱とコーンのとろとろ・おかゆ</b></p> 	<p style="text-align: center;"><b>8/20(土)</b></p> <p style="text-align: center;"><b>キャベツと人参のすりつぶし・おかゆ</b></p> 
<p>材料 キャベツ  おかゆ</p>	<p>材料 玉葱 カーネルコーン  おかゆ</p>	<p>材料 キャベツ 人参  おかゆ</p>
<p>作り方 【キャベツのすりのばし】 細かく刻んだキャベツ大さじ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>作り方 【玉葱とコーンのとろとろ】 細かく刻んだ玉葱大さじ1、細かく刻んだコーン小さじ1/2を軟らかくなるまでゆで、すりつぶし、水溶き片栗粉でとろみをつける。</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>