

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;">1/23(月)</p> <p style="text-align: center;">かぼちゃのピューレ・おかゆ</p>  <p>材料 かぼちゃ おかゆ</p> <p>作り方 【かぼちゃのピューレ】 皮を取り、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 style="text-align: center;">1/24(火)</p> <p style="text-align: center;">玉葱のすりのばし・おかゆ</p>  <p>材料 玉葱 おかゆ</p> <p>作り方 【玉葱のすりのばし】 細かく刻んだ玉葱大さじ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;">1/25(水)</p> <p style="text-align: center;">トマトのピューレ・おかゆ</p>  <p>材料 トマト おかゆ</p> <p>作り方 【トマトのピューレ】 皮・種を取ったトマト大さじ1にラップをかけ、レンジで目安として500Wで約30秒加熱し、すりつぶす。</p>
<p style="text-align: center;">1/26(木)</p> <p style="text-align: center;">大根のすりつぶし・おかゆ</p>  <p>材料 大根 おかゆ</p> <p>作り方 【大根のすりつぶし】 細かく刻んだ大根大さじ1を軟らかくなるまでゆで、すりつぶす。</p>	<p style="text-align: center;">1/27(金)</p> <p style="text-align: center;">人参がゆ・玉葱のすりつぶし</p>  <p>材料 人参 玉葱 おかゆ</p> <p>作り方 【人参がゆ】 細かく刻んだ人参大さじ1を軟らかくなるまでゆで、すりつぶし、おかゆにのせる。</p>	<p style="text-align: center;">1/28(土)</p> <p style="text-align: center;">キャベツのすりつぶし・おかゆ</p>  <p>材料 キャベツ おかゆ</p> <p>作り方 【キャベツのすりつぶし】 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、すりつぶす。</p>