

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

2/13(月)

ミニトマトのピューレ・おかゆ



材料  
ミニトマト  
  
おかゆ

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。

2/14(火)

白菜のすりつぶし・おかゆ



材料  
白菜  
  
おかゆ

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。

2/15(水)

人参のとろとろ・おかゆ



材料  
人参  
  
おかゆ

作り方  
【人参のとろとろ】  
細かく刻んだ人参大さじ1を軟らかくなるまでゆで、すりつぶす。

2/16(木)

キャベツのすりのばし・おかゆ



材料  
キャベツ  
  
おかゆ

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。

2/17(金)

人参のすりつぶし・おかゆ




材料  
人参  
  
おかゆ

作り方  
【人参のすりつぶし】  
細かく刻んだ人参大さじ1を軟らかくなるまでゆで、すりつぶす。

2/18(土)

玉葱のすりのばし・おかゆ



材料  
玉葱  
  
おかゆ

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。