

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;">11/20(月)</p> <p style="text-align: center;">キャベと玉葱のすりのばし・おかゆ</p>  <p>材料 キャベツ 玉葱</p> <p>おかゆ</p> <p>作り方 【キャベツと玉葱のすりのばし】 細かく刻んだキャベツ・玉葱各大さじ1/2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;">11/21(火)</p> <p style="text-align: center;">白菜のすりつぶし・おかゆ</p>  <p>材料 白菜</p> <p>おかゆ</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;">11/22(水)</p> <p style="text-align: center;">玉葱のすりのばし・おかゆ</p>  <p>材料 玉葱</p> <p>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;">11/23(木)</p> <p style="text-align: center;">人参のとろとろ・おかゆ</p>  <p>材料 人参</p> <p>おかゆ</p> <p>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。</p>	<p style="text-align: center;">11/24(金)</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</p> <p>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;">11/25(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</p> <p>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>