

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;">3/4(月)</p> <p style="text-align: center;">白菜と人参のすりつぶし・おかゆ</p>  <p>材料 白菜 人参 おかゆ</p> <p>作り方 【白菜と人参のすりつぶし】 細かく刻んだ白菜（葉の部分）・人参各大さじ1/2を柔らかくなるまでゆで、すりつぶす。</p> | <p style="text-align: center;">3/5(火)</p> <p style="text-align: center;">キャベツのすりのばし・おかゆ</p>  <p>材料 キャベツ おかゆ</p> <p>作り方 【キャベツのすりのばし】 細かく刻んだキャベツ大さじ1を柔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;">3/6(水)</p> <p style="text-align: center;">大根のとりみピューレ・おかゆ</p>  <p>材料 大根 おかゆ</p> <p>作り方 【大根のとりみピューレ】 細かく刻んですりつぶした大根大さじ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;">3/7(木)</p> <p style="text-align: center;">玉葱のすりつぶし・おかゆ</p>  <p>材料 玉葱 おかゆ</p> <p>作り方 【玉葱のすりつぶし】 細かく刻んだ玉葱大さじ1を柔らかくなるまでゆで、すりつぶす。</p> | <p style="text-align: center;">3/8(金)</p> <p style="text-align: center;">白菜のとろとろ・おかゆ</p>  <p>材料 白菜 おかゆ</p> <p>作り方 【白菜のとろとろ】 細かく刻んだ白菜（葉の部分）大さじ1を柔らかくなるまでゆで、すりつぶす。</p> | <p style="text-align: center;">3/9(土)</p> <p style="text-align: center;">ブロッコリーのすりのばし・おかゆ</p>  <p>材料 ブロッコリー おかゆ</p> <p>作り方 【ブロッコリーのすりのばし】 解凍し、細かく刻んだブロッコリー大さじ1を柔らかくなるまでゆで、すりつぶして湯少々でのばす。</p> |