

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;">4/15(月)</p> <p style="text-align: center;">キャベツとコーンのとろとろ・おかゆ</p>  <p>材料 キャベツ カーネルコーン おかゆ</p> <p>作り方 【キャベツとコーンのとろとろ】 細かく刻んだキャベツ大さじ1、薄皮をむいて細かく刻んだコーン小さじ1/2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;">4/16(火)</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;">4/17(水)</p> <p style="text-align: center;">大根と人参のすりのばし・おかゆ</p>  <p>材料 大根 人参 おかゆ</p> <p>作り方 【大根と人参のすりのばし】 細かく刻んだ大根・人参各大さじ1/2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;">4/18(木)</p> <p style="text-align: center;">トマトのペースト・おかゆ</p>  <p>材料 トマト おかゆ</p> <p>作り方 【トマトのペースト】 皮・種を取り、細かく刻んだトマト大さじ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;">4/19(金)</p> <p style="text-align: center;">つぶしうどん・キャベツのすりつぶし</p>  <p>材料 レンジ用うどん キャベツ</p> <p>作り方 【つぶしうどん】 大人用にレンジ加熱したうどん小さじ2を細かく刻み、柔らかくなるまでゆで、湯を捨てる（うどんの塩分を抜く為）。すりつぶして、湯大さじ2でのばす。</p>	<p style="text-align: center;">4/20(土)</p> <p style="text-align: center;">白菜のすりのばし・おかゆ</p>  <p>材料 白菜 おかゆ</p> <p>作り方 【白菜のすりのばし】 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、すりつぶし、湯少々でのばす。</p>