

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

4/29(月)	4/30(火)	5/1(水)
玉葱のすりつぶし・おかゆ	さつまいのピューレ・おかゆ	人参のとろとろ・おかゆ
		
材料 玉葱 おかゆ	材料 さつまい おかゆ	材料 人参 おかゆ
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。	作り方 【さつまいのピューレ】 解凍して皮を取り、細かく刻んださつまい大さじ1を柔らかくなるまでゆで、熱いうちにすりつぶし、湯少々でのばす。	作り方 【人参のとろとろ】 細かく刻んだ人参大さじ1を柔らかくなるまでゆで、すりつぶす。

5/2(木)	5/3(金)	5/4(土)
大根のすりつぶし・おかゆ	ミニトマトのピューレ・おかゆ	0
		
材料 大根 おかゆ	材料 ミニトマト おかゆ	
作り方 【大根のすりつぶし】 細かく刻んだ大根大さじ1を柔らかくなるまでゆで、すりつぶす。	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。	作り方 0