

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;">9/23(月)</p> <p style="text-align: center;">豆腐と人参のすりつぶし・おかゆ</p>  <p>材料 豆腐 人参 おかゆ</p> <p>作り方 【豆腐と人参のすりつぶし】 細かく刻んだ人参大さじ1/2を柔らかくなるまでゆで、1.5cm角の豆腐を加えてさらにゆで、人参と共にすりつぶす。</p>	<p style="text-align: center;">9/24(火)</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>	<p style="text-align: center;">9/25(水)</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 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;">9/26(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;">9/27(金)</p> <p style="text-align: center;">かぼちゃのすりのばし・おかゆ</p>  <p>材料 かぼちゃ おかゆ</p> <p>作り方 【かぼちゃのすりのばし】 皮を取り、細かく刻んだかぼちゃ大さじ1を柔らかくなるまでゆで、熱いうちにつぶし、湯少々でのばす。</p>	<p style="text-align: center;">9/28(土)</p> <p style="text-align: center;">人参のピューレ・おかゆ</p>  <p>材料 人参 おかゆ</p> <p>作り方 【人参のピューレ】 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。</p>