

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

5/26(月)

ミニトマトのピューレ・おかゆ




材料
ミニトマト

おかゆ

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。

5/27(火)

大根のすりつぶし・おかゆ



材料
大根

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を軟らかくなるまでゆで、すりつぶす。

5/28(水)

白菜のとろとろ・おかゆ



材料
白菜

おかゆ

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を軟らかくなるまでゆで、すりつぶし、湯少々でのばす。

5/29(木)

人参のピューレ・おかゆ



材料
人参

おかゆ

作り方
【人参のピューレ】
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。

5/30(金)

キャベツのすりつぶし・おかゆ



材料
キャベツ

おかゆ

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。

5/31(土)

玉葱のすりのばし・おかゆ



材料
玉葱

おかゆ

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。