

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

6/2(月) 白菜のすりつぶし・おかゆ  材料 白菜 おかゆ 作り方 【白菜のすりつぶし】 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、すりつぶす。	6/3(火) 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。	6/4(水) 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。
---	--	---

6/5(木) かぼちゃのすりのばし・おかゆ  材料 かぼちゃ おかゆ 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を軟らかくなるまでゆで、熱いうちにつぶし、湯少々でのばす。	6/6(金) 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。	6/7(土) 白菜と人参のすりつぶし・おかゆ  材料 白菜 人参 おかゆ 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を軟らかくなるまでゆで、すりつぶす。
---	---	--