

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

4/3(月)

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を柔らかくなるまでゆで、すりつぶす。

4/4(火)

キャベツのすりのばし・おかゆ



材料
キャベツ
おかゆ

作り方
【キャベツのすりのばし】
細かく刻んだキャベツ大さじ1を柔らかくなるまでゆで、すりつぶし、湯少々でのばす。

4/5(水)

大根のとろみピューレ・おかゆ




材料
大根
おかゆ

作り方
【大根のとろみピューレ】
細かく刻んですりつぶした大根大さじ1に片栗粉1つまみを加えて混ぜ、ラップをかけ、レンジで目安として500Wで約30秒加熱する。

4/6(木)

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を柔らかくなるまでゆで、すりつぶし、湯少々でのばす。

4/7(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を柔らかくなるまでゆで、すりつぶす。

4/8(土)

人参のとろとろ・おかゆ



材料
人参
おかゆ

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。