

プチママ 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

8/12(月)	8/13(火)	8/14(水)
トマトのペースト・おかゆ	パンがゆ・玉葱のすりのばし	人参のとろとろ・おかゆ
		
材料 トマト おかゆ	材料 <ご家庭でご用意いただく材料> 8枚切り食パン 玉葱	材料 人参 おかゆ
作り方 【トマトのペースト】 皮・種を取り、細かく刻んだトマト大さじ1にラップをかけ、レンジで目安として500Wで約30秒加熱し、すりつぶす。	作り方 【パンがゆ】 耳を取った食パン1/4枚をさいの目切りにし、湯で溶いた粉ミルク又は湯40mlと合わせてラップをかけ、レンジで目安として500Wで約30秒加熱し、すりつぶす。	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。

8/15(木)	8/16(金)	8/17(土)
0	0	0
材料 	材料 	材料
作り方 0	作り方 0	作り方 0