



# 5～6か月 離乳食レシピ



離乳食の簡単なレシピです。参考にしてみてください。



## 10倍粥

[分量]

米…………… 1  
水…………… 10

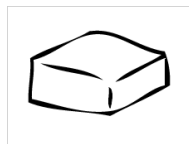
[作り方]

- ① 米を洗い、耐熱用のカップに米と水を入れる。
- ② ①を大人のご飯を炊くときに炊飯器の真中にカップごと入れ、炊飯する。

## 豆腐のペースト

[分量]

豆腐…………… 小2



[作り方]

- ①豆腐を小鍋に入れコトコトと茹ですりつぶす

## さつまと人参のペースト



[分量]

さつまいも…………… 小2  
人参…………… 小2

[作り方]

- ① さつまいもは皮をむき茹でてからペーストにする
- ② 人参は皮をむき茹でてからペーストにする

