

# 7~8か月 離乳食レシピ



離乳食の簡単なレシピですので参考にしてみて下さい。

## 納豆粥

[分量]

全粥……………70 g

ひきわり納豆……………小1

[作り方]

① 全粥の上に納豆をのせる

## ブロッコリーのクリーム煮

[分量]

ブロッコリー……………20 g

コーンクリーム……………小1/2杯弱

[作り方]

① ブロッコリーは茹でてつぶす  
② ①とコーンクリームを混ぜ合わせる

## トマト入りスイートポテト

[分量]

ミニトマト……………2個

さつまいも……………30 g

[作り方]

① サツマイモは茹でてつぶす  
② ミニトマトは皮をむいて種を取り除き  
細かく切って茹でる  
③ ①と②を混ぜ合わせる

