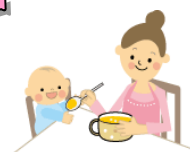




5～6か月 離乳食レシピ



離乳食の簡単なレシピですので参考にしてみてください。



10倍粥

【作り方】

【分量】

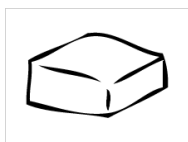
米…………… 1
水…………… 10

- 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。

豆腐とかぼちゃペースト

【分量】

豆腐……………小2
かぼちゃ……………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
- ② かぼちゃは皮をむいて種を取り鍋にいれコトコトと茹ですりつぶす

にんじんのスープ

【分量】

にんじん…… 小2

【作り方】

- ① にんじんは皮をむいて茹でてからペーストにする