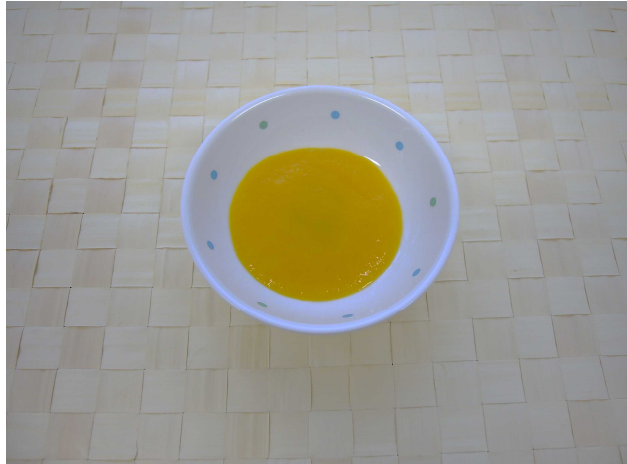


5, 6か月の離乳食におすすめ
かぼちゃのペースト



※加熱は全て電子レンジを600wで使用

材料（赤ちゃん1人分）		作り方
ゆでかぼちゃ 粉ミルク	10g 適量 (写真は小さじ1)	① ゆでかぼちゃは皮をとり、熱いうちに裏ごしまたはすりつぶす ② 粉ミルクをお湯でとかし、①のかぼちゃを食べやすい固さまでのばす

- スプーン1さじから始めましょう。
- フリージングする場合は、①のゆでかぼちゃをすりつぶした状態で小分けにします。食べさせる時は、電子レンジで中心までしっかり加熱し、粉ミルクでのばしましょう。自然解凍や食べごろ温度までの加熱は、食中毒の危険性があるのでやめましょう。

【作り方Q&A】

Q：粉ミルクの代わりにお湯でのばしてもいいですか？

A：お湯や昆布だしでもいいです。