



相性汁 (4人分)

かいた版ネウボラ
(ひまわりプラザ)
南つくも町11番16号
TEL: 824-1225

材 料	分 量	作 り 方
ベーコン	2枚	① 材料の下準備 ベーコン…1cm幅に切る さつま芋…皮付きのまま、短冊切り 玉ねぎ…太めのせん切り 人参…いちょう切り 糸こんにゃく…ザク切り ねぎ…小口切りにする。 ② 鍋に少量の油を熱し、ベーコン、人参、玉ねぎ、糸こんにゃくを炒める。 ③ 具がかぶるくらいのだし汁を入れてひと煮立ちさせたら、さつま芋も入れて煮る。 ④ 具材が柔らかくなったら、牛乳を入れて味噌で味付ける。 ⑤ ねぎをちらして出来上がり。
さつま芋	1/2本	
玉ねぎ	1/2個	
糸こんにゃく	1/3袋	
人参	小1/3本	
ねぎ	少々	
油	適量	
味噌	大さじ3強	
牛乳	120ml	
だし汁	適量	

離乳食へ展開してみよう！

初期《5・6か月ごろ》

さつま芋、玉ねぎ、人参を軟らかく煮て、すりつぶす。だし汁を加えて、ペースト状にのばす。

★使用した材料★

さつま芋・玉ねぎ・人参・だし汁

中期《7・8か月ごろ》

さつま芋、玉ねぎ、人参を軟らかく煮て、粗くすりつぶす。だし汁を加えてのばす。

★使用した材料★

さつま芋・玉ねぎ・人参・だし汁

後期《9～11か月ごろ》

小鍋に小さく刻んださつま芋、玉ねぎ、人参とだし汁を入れて煮る。野菜が柔らかくなったら、スキムミルクを加えて少量の味噌で味付け、最後にねぎをちらす。

★使用した材料★

さつま芋・玉ねぎ・人参・ねぎ・味噌・スキムミルク・だし汁

完了期《12～18か月ごろ》

小鍋に小さめに切ったさつま芋、玉ねぎ、人参とだし汁を入れて煮る。野菜が柔らかくなったら、牛乳を加えて少量の味噌で味付け、最後にねぎをちらす。

★使用した材料★

さつま芋・玉ねぎ・人参・ねぎ・味噌・牛乳・だし汁