

ソーセージとキャベツのスープ

(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
ソーセージ	5 本	① 材料の下準備をする。 ソーセージ…1 cm幅の斜め切り キャベツ…短冊切り 玉ねぎ…太めのせん切り にんじん…いちょう切り じゃがいも…一口大 インゲン…斜め切りにして下茹でする ② 鍋に油を熱し、ソーセージ、玉ねぎ、 にんじん、じゃがいもを炒める。 ③ 水を入れて少し煮てから、キャベツを 入れる。 ④ 具に火が通ったら調味する。 ⑤ 最後にインゲンを入れる。
キャベツ	葉大 2 枚	
玉ねぎ	1 / 2 個	
にんじん	1 / 4 本	
じゃがいも	中 1 個	
インゲン	2 ~ 3 本	
炒め油	少々	
カレールウ	25 g 程度	
コンソメ (顆粒)	大さじ 1	
塩	少々	
こしょう	少々	
水	1000cc	

離乳食へ展開 してみよう!

初期《5・6か月ごろ》

キャベツ、玉ねぎ、にんじん、じゃがいもを軟らかく煮てすりつぶす。湯を少し加えてペースト状にのばす。

★使用した材料★

キャベツ・玉ねぎ・にんじん・
じゃがいも

中期《7・8か月ごろ》

キャベツ、玉ねぎ、にんじん、じゃがいもを軟らかく煮て粗くつぶす。湯を少し加えてのばす。

★使用した材料★

キャベツ・玉ねぎ・にんじん・
じゃがいも

後期《9～11か月ごろ》

④の調味料を入れる前にソーセージ以外の具を取り出し、細かく刻む。インゲンも細かく刻み、一緒に小鍋に入れる。煮汁を加えてしっかり煮る。

★使用した材料★

キャベツ・玉ねぎ・にんじん・
じゃがいも・インゲン・油

完了期《12～18か月ごろ》

④の調味料を入れる前にソーセージ以外の具を取り出し、小さく切って小鍋に入れる。インゲンと煮汁も加えてしっかり煮る。少量の塩で味つける。

★使用した材料★

キャベツ・玉ねぎ・にんじん・
じゃがいも・インゲン・油・塩