

離乳食 〈初期〉

かぼちゃのおかゆ

・・・材料・・・(1食分)

10倍がゆ
(すりつぶしたもの) 大さじ1
かぼちゃ 10g
湯 適量



・・・作り方・・・

1. かぼちゃは、やわらかくゆでる。
熱いうちになめらかにすりつぶして、湯でのばす。



2. おかゆの上にかぼちゃをのせたらできあがり！