

離乳食〈後期〉

かぼちゃサンド

・・・材料・・・(1食分)

食パン(8枚切) 1/2枚
かぼちゃ 30g
キャベツ 5g



・・・作り方・・・

1. 食パンの耳は取り除く。半分に切る。



2. かぼちゃはやわらかくゆでつぶす。キャベツはやわらかくゆでて5mm角に切る。



3. かぼちゃとキャベツを和えて、食パンにはさむ。3等分したらできあがり！

