

豆乳スープ（中期7～8ヶ月）

大人の料理

初期（0～6ヶ月）

中期（7～24ヶ月）

後期（25～36ヶ月）



離乳食では

ささみ→むね肉→もも肉 の順で進めます。

お子さんの進みに合ったお肉で作ってくださいね。



材 料

かぼちゃ 15g

玉ねぎ 15g

鶏もも肉 5g

※ささみ・むね肉を食べさせたことが
ある場合のみ

無調整豆乳 15ml

だし汁 50ml

1マス=1cm×1cm
小さじ使用



Cooking Instructions

- ①おとなの作り方1・2から、生のかぼちゃ・玉ねぎ・鶏もも肉を取り分ける。
- ②かぼちゃは粗いみじん切り、玉ねぎはみじん切りにする。
- ③鶏もも肉はかなり細くなるようよく刻む。
- ④鍋に②とだし汁を入れ、やわらかくなるまで煮たら③を加え、ほぐしながら火が通るまでさらに煮る。
- ⑤無調整豆乳を加え、ひと煮立ちしたら完成。

※片栗粉でとろみをつけてもよいです。