

さのっ子ナビ にて



内容は 離乳食講習会で実際に試食する
メニューの作り方です



離乳食の作り方動画

2017年1月1日(日) | 泉佐野市 健康推進課
スタートの頃・2回食の頃・3回食の頃に分けて、それぞれの時期に合った離乳食の作り方を動画でわかりやすくご紹介いたします。
離乳食の進め方については、[こちら](#)をご覧ください。

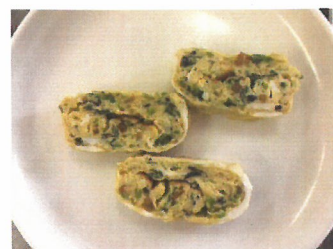
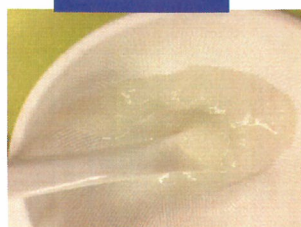
スタートの頃 (5～6か月ころ)

10倍かゆの作り方
だしのとり方
ほうれん草のペーストの作り方
かぼちゃのペーストの作り方
白身魚とほうれん草
豆腐のすり潰し
初めての粥の食べさせ方

2回食の頃 (7か月ころ)

さつまいもとリンゴの重ね煮
にゅうめん
ヨーグルトのにんじん添え

3回食の頃 (9か月ころ)



離乳食講習会は 「スタートの頃」と「3回食の頃」に内容を分けて、実施しています。離乳食を試食していただく形で開催し、予約制になっております。交流会も開いておりますので、ご参加ください。



動画は家でも見られます

泉佐野市 こども家庭課 072-463-1212