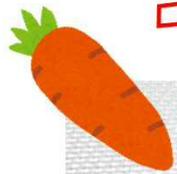


ヨーグルト入りポテトサラダ

〜 離乳初期 〜



❖ 材料 (1人分) ❖

- ヨーグルト入りポテトサラダ(大人用)から取り分け
 - *じゃがいも 10g程度
 - *にんじん 10g程度
 - *茹で汁 適量

❖ 作り方 ❖

※ ①②③…は大人用レシピの作り方手順番号

- ①.②のじゃがいもとにんじんをなめらかになるまで潰す。
- ②.①を裏ごしする。
- ③.じゃがいもとにんじんの茹で汁を加えながらポターージュくらいのトロトロにする。

❖ ひとつメモ ❖

- *ツナ缶や調味料を加える前にじゃがいもとにんじんを取り出してください。
- *冷凍保存が可能です！

大人の食事からの
取り分け離乳食
アレンジ方法

