

## かゆ (炊飯器で大人の分と一緒に炊く)



月齢	米	水
5～6か月頃	1	10
7～8か月頃	1	7
9～11か月頃	1	5
12～18か月頃	1	1.8

### 作り方(10倍がゆの場合)

- ①米と10倍量の水を用意する。  
米は洗っておく。



- ②湯のみなどに米と分量の水を入れる。



- ③炊飯器は普通に米と水を入れる。  
その後、炊飯器の内釜の中央に②を置く。



- ④普通の炊飯モードで炊き、湯のみを取り出す。  
※やけどに注意!  
※炊飯器の中はご飯が出来上がっています。



- ⑤赤ちゃんに合わせてすりつぶす。  
濃度はおもゆで調整する。

