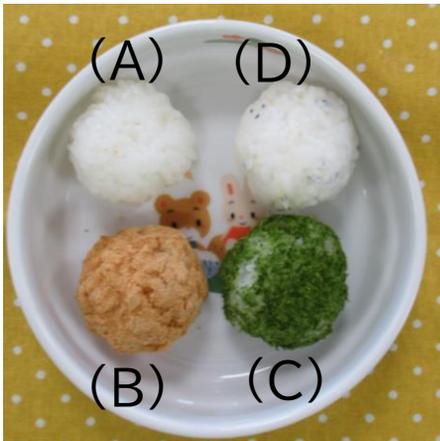


まんまるおにぎり4色団子風

離乳完了期(12~18か月頃)



材料	作りやすい分量
軟飯	80g
きな粉	少々
青のり	少々
しらす干し	5g

作り方

① 軟飯を4等分し、3つはボール状のおにぎりを作る。

(A) ①のおにぎり1つそのまま。

(B) ①のおにぎり1つにきな粉をまぶす。

(C) ①のおにぎり1つに青のりをまぶす。

(D) しらすぼしは熱湯に5分ほどつけ、茶こしなどで水気をきり、細かく刻む。①の軟飯に混ぜ、ボール状のおにぎりを作る。

② (A)~(D)のおにぎりを盛り合わせる。

※ 赤ちゃんが握りやすい大きさに仕上げることで手づかみ食べの練習ができます。