

キャベツとリンゴの2色盛

離乳初期(5,6か月頃)



材料	作りやすい分量
キャベツ	1枚
キャベツのゆで汁	適宜
りんご	1/8個

作り方

- ① キャベツは内側の葉を使う。葉脈は除き、ざく切りにする。
- ② ①をやわらかくなるまでゆで、粗くきざんで裏ごしする。
- ③ ②をゆで汁でのばし、ペースト状にする。
- ④ りんごは皮と種を除き、くし形に切り、やわらかくなるまでゆでる。
- ⑤ ④を刻んで裏ごしする。
- ⑥ ③と⑤を混ぜずに盛り合わせる。

りんごの段階ごとの形状・大きさ

初期

中期

後期

完了期



裏ごし

2~3mm
きざみ

5mm
きざみ

いちよう切り