



# ゴックン期 離乳食だより



新年度がスタートして早くも1ヶ月が経ち、慣れてきたかなと思うところでの連休にお休みに入りますので、徐々に保育園生活に慣れてほしいものですね。お休み中はゆっくりとお子さんとの時間を過ごしてくださいね！

22日（金）…お誕生日会

## 《♪おいしいレシピ紹介♪》



**1回目 つぶしがゆ**  
 作り方  
 7倍がゆをすりつぶす。

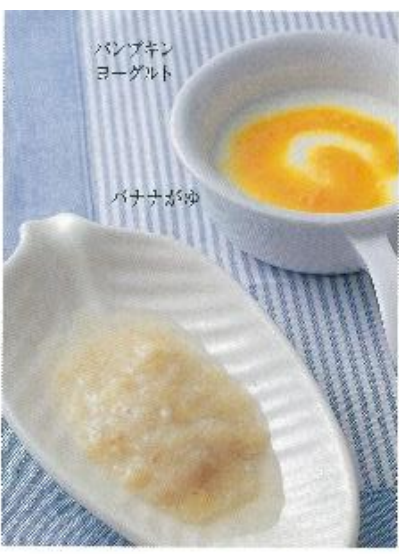
**豆腐のオレンジ風味**  
 作り方  
 絹ごし豆腐をきっとゆでてすりつぶし、オレンジのすりつぶしを添える。

**トマトのすりつぶし**  
 作り方  
 種と皮を除いた完熟トマトの果肉をなめらかにすりつぶす。

**2回目**

**パンプキンヨーグルト**  
 作り方  
 プレーンヨーグルトに、ゆでたかぼちゃの黄色部分と根を合わせてすりつぶしたソースをかける。

**バナナがゆ**  
 作り方  
 バナナをすりつぶし、水適量でゆるめ、弱火でとろりと煮る。



### かぼちゃの豆乳ポターージュ

★作り方★

- 1)かぼちゃは蒸して裏ごししたもの大さじ2を用意する。
- 2)豆乳大さじ2を電子レンジで10秒ほど温め、  
1)に少しずつ混ぜながら加え、トロトロになるように溶いていく。

離乳食展示は、5/12(火)・5/27(水)におこないます！！