

離乳食講座～10月のテーマは「ひき肉」～

令和6年10月22日

肉類は8か月頃から始めます。脂身の少ない消化に良い鶏肉のささみからにします。目安として、鶏肉（8か月～）→牛肉（9か月～）→豚肉（12か月～）の順にします。今回は鶏ミンチと豆腐を混ぜた肉団子作りの実演を行いました。



講座の様子です。

ポイント



- ① 手袋を使って親指と人差し指の間から絞りだしてスプーンですくい取る。
- ② すくい取ったものをお湯に入れて茹でる。

①



②



パクリ！
うまうま



茹で上がった肉団子の固さを確認しています。