

離乳食講座～1月のテーマは「納豆」～

令和7年1月21日



納豆は豆腐に慣れた後7～8か月から使います。手軽にたんぱく質を取ることが出来ます。離乳食はひきわり納豆があつかいやすいです。パックのシートを簡単に取りする方法の実演、体験をしました。

ポイント

納豆は湯通ししてから
使いましょう。



講座の様子です。

ポイント(納豆のパックのフィルムシートを取る方法)

納豆のパックを開けて、
フィルムシートを少しつまみだし、
パックを閉じてそのシートを
引っ張りだすときれいに取れます。



パクリ！
うまうま



離乳食を食べている様子です。