

B

A

B

Y

貧血予防の離乳食

B

A

B

Y

鉄分たっぷり

り

1

初期





バナナきな粉

2

中期





納豆の彩りおかゆ

3

中期





レバーとじゃがいものマッシュ

4

中期





はんだまと豆腐

5

中期





高野豆腐とかぶのうま煮

6

後期





まぐろの島野菜ソーセージ

7

後期





牛肉と小松菜の煮物

8

後期





マグロのピカタ

9

後期





酢豚風

COOKPAD
離乳食レシピは
こちらから→



沖縄市役所 市民健康課
& こども相談・健康課

