



普通の料理でもミキサーすれば、チューブから注入できます。市販栄養剤との併用で、1日の栄養量は確保しながら、『味』も楽しみましょう。

少量だけ、まず食べてもらい、そのあとチューブで入れる方法にすると本人の楽しみが増え、意欲もわいてきます。

基本の味噌汁

《材料》 1人分
豆腐 100g
みそ 10g
だし 100cc



ミキサーにみそ汁を



《作り方》

- ① 豆腐入りの味噌汁を
滑らかになるまで、ミキサーにかける

粒が残らないように
しっかりミキサー

*プロテインパウダーを入れると、たんぱく質量を増やせる
わかめやネギなどの具材は、ミキサーしても繊維が残りますので入れません。

【栄養価】	エネルギー	77kcal	たんぱく質	6.5g	炭水化物	4.5g
	脂質	3.6g	食物繊維	4.5g	塩分	1.3g

じゃがいものポタージュ

《材料》 1人分
じゃがいも 100g (中1個)
牛乳 50cc
コンソメスープ 100cc
生クリーム 5cc

マッシュポテトに



裏ごしする



スープを入れて

《作り方》

- ① ジャがいもを皮のまま洗って、ラップで包み、電子レンジで4分加熱する。
- ② 温かいうちに皮をむき、つぶしてマッシュポテトにする。
- ③ ②にスープを加えてマッシュポテトをのばす
- ④ ザル（できれば裏ごし器）で③を裏ごして滑らかにする
- ⑤ 鍋にコンソメスープ、④のじゃがいも、牛乳を入れて煮る。
- ⑥ 最後に生クリームを入れ、人肌に冷めたらチューブより注入する



【栄養価】

エネルギー	137kcal	たんぱく質	4.7g
炭水化物	20.5g	脂質	4.3g
食物繊維	1.3g	塩分	0.6g

*エネルギーを上げたいときは、生クリームの量を増やすとか、バターを追加します。

*マッシュポテトはまとめて作って、冷凍しておくとう便利です。

*まとめて冷凍しておく時に、『離乳食用冷凍小分けトレー』を使うとう便利です。

食洗機で洗って、繰り返し利用できます。



50mlから120ml
まで入るタイプがあり
ます