



かぼちゃパングラタン

材料

食パン	15g	カッテージチーズ	5g
白身魚(たら)	15g	洋風だし汁※	50g
かぼちゃ	10g		
ブロッコリー	5g		
たまねぎ	5g		

※作り置きがない場合は市販のベビー用の洋風だしでも可能

作り方

- 1 食パン以外の食材をすべて容器に入れ、電子レンジ500Wで1分～1分半加熱し、一度混ぜてから約30秒十分熱くなるまで加熱する。
- 2 食パンの耳を取り除き、1cm角に切る。
- 3 食パンを浸す。