

# 納豆和え



<材料> 離乳中期～後期 1人分

(作り方)

お好みの野菜 15g

① 野菜は食べやすい大きさに切り、やわらかく煮る。

〔 ほうれん草、小松菜、  
キャベツ、人参 など

② 野菜に納豆を和える。

ひきわり納豆 15g