

# 離乳食の

# 献立作成棒



## STEP 1. 用意するもの \*

- ラップの芯 … 1本  
(30cm×20mのもののがベスト!)
- ひも … 65cmくらい
- 印刷した食材シート … 1枚
- はさみ
- のり or セロテープ

## STEP 2. 作り方 \*

1. 食材シートを点線にそって、はさみで切る。
2. 1をラップの芯に巻きつけ、のり or セロテープでとめる。このとき、ラップの芯に巻く順番は、切る前のシートと同じ順番に!!  
※長さは円周にあわせて調節を。  
ただしはさみすぎない方が、キレイに仕上がります。
3. ラップの芯にひもを通し、はしをはさむ。

## STEP 3. 使い方 \*

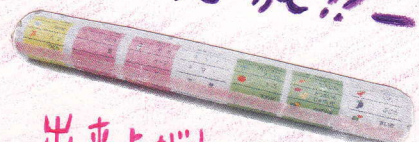
輪になったダイヤルを、くるくる回しながらひものラインにあわせて、献立を考えるヒントにします。

家にある食材、食べさせたい食材をメインに考えてみてはいかがですか？

### ～ポイント～

味つけダイヤルが1番のポイント! 同じ食材でも味つけをかえるだけで、違う料理に早変わり♡

— 完成!! —



出来上がり!

【実原夏 2008  
-00846】