

非常食 持出用

● 非常食(持出用)の例

水、乾パン、お菓子(チョコレート、ガム、飴、羊羹)、
栄養補助食品、ジュースなど ※調理を必要としないもの

内容	数量	賞味期限
		年 月
		年 月
		年 月
		年 月
		年 月
		年 月
		年 月
		年 月
		年 月

知って役立つ
マメ知識

「乾パン+水」で即席 離乳食のできあがり



1 缶を器代わりにして、
乾パンがひたるくらい
水を入れます。

10 minutes /



2 10分くらい待って
乾パンをふやかせば
完成です!!



粉ミルクを加えたり、水の
代わりに牛乳を入れると
栄養価がアップします!!



乾パンを砕けばさらに
食べやすくなりますので
高齢者にもおすすめです。

※缶の切り口でケガをしないようご注意ください。
※赤ちゃんの月齢やアレルギーの有無などを充分ご確認ください。