

# 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。

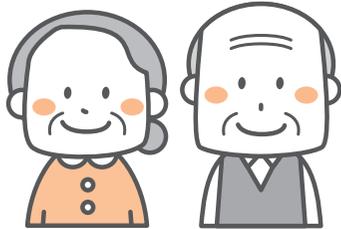
10 minutes /



**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。