

乳児用液体ミルクを用いたレシピ作成要領

1 目的

日本栄養士会災害支援チーム（JDA-DAT）では、災害時の赤ちゃんの命を守るために、母乳代替食品（粉ミルク及び液体ミルク）の備蓄を推進している。特に、2019年より国内でも販売が開始された液体ミルクは賞味期限が短いことから、自治体におけるローリングストックの課題があげられている。そこで、WHO「母乳代用品のマーケティングに関する国際規準」等を遵守しつつ、備蓄を推進するとともに、食品ロスを削減した対策として、液体ミルクを用いたレシピを開発し、その普及を図る。

2 主催

日本栄養士会災害支援チーム

(JDA-DAT : The Japan Dietetic Association-Disaster Assistance Team)

3 概要

(1) 募集内容

「乳児用液体ミルクを用いたオリジナルレシピの提案」

以下の①～③の内容をすべて満たすこと

- ① 液体ミルク（国内メーカーの商品）を主な材料としたレシピ
- ② 管理栄養士・栄養士ならではのオリジナル創作とし、インターネットや書籍等から引用していないレシピ（4 参考の株式会社明治作成のレシピ、及び別添の「アイクレオ 赤ちゃんミルクを使ったレシピ」参照）
- ③ 別添の様式による提出

(2) 応募資格

都道府県栄養士会栄養ケア・ステーションへの登録者及び認定栄養ケア・ステーション所属の管理栄養士・栄養士

(3) 募集期間

2020年7月15日（水）から2020年9月30日（水）

ただし、全体で200レシピの応募を受け付けた時点で終了とする。

(4) 応募方法

所定の様式に記入の上、料理の写真データも一緒に添付して、下記の応募先に電子メールにより応募する。

(5) 応募先及び問合せ先

公益社団法人 日本栄養士会 事務局 JDA-DAT 担当

〒105-0004 港区新橋 5-13-5 新橋 MCV ビル 6階

TEL : 03-5425-6555 FAX : 03-5425-6554 電子メール jdadat@dietitian.or.jp

(6) レシピ作成における費用

応募レシピ1つにつき2,500円（税込）謝礼として本会より支払う。

ただし、応募者1名（または1事業所）4レシピまでとする。

（本会が提出レシピを不相当と認めた場合は謝礼を支払わない場合があります。）

(7) その他

応募があったレシピについては、本会は下記の点について応募者から了承があったものとみなして取り扱うものとする。

- ① 応募レシピ等（写真を含む）の著作権は本会に帰属するものとし、本会ホームページへの掲載、研修会やイベント等における実習・実演の他、印刷物として配布する等に活用する。
- ② 本会の審査により、必要に応じて本会にて編集した上で活用する。掲載は、レシピ、写真及び応募者の所属、氏名、都道府県を掲載する。
- ③ 応募により提供された個人情報については、本会は当業務以外には使用しない。

4 参考

- ・株式会社明治

「明治ほほえみらくらくミルクの特徴」

<https://www.meiji.co.jp/baby/hohoemi/rakurakumilk/>

「らくらくミルクアレンジレシピ」

<https://www.meiji.co.jp/baby/hohoemi/rakurakumilk/recipe/>

- ・江崎グリコ株式会社

「アイクレオ赤ちゃんミルク 商品情報」

<https://www.icreo.jp/products/akachan-milk/>

- ・雪印ビーンスターク株式会社

「すこやかM1（液体ミルク）」

https://www.beanstalksnow.co.jp/babymom/sukoyaka_l/

※ サンプル提供について

レシピ作成にあたって、試作用の国内液体ミルクのサンプルを各都道府県栄養士会に配布しています。応募にあたって、事前に所属栄養士会へ連絡の上、液体ミルクを受け取り、ご活用ください。

アイクレオ 赤ちゃんミルクを使ったレシピ



おいしさと健康
Glico

枝豆のミルクパンがゆ

5・6か月～

材料

- ゆでた枝豆・・・2房（6粒）
- 食パン・・・1/6枚
- アイクレオ 赤ちゃんミルク・・・60ml



作り方

- ①食パンをちぎって細かくする。
- ②薄皮を取り、茶こしで裏ごしした枝豆を赤ちゃんミルク20mlでペースト状にのばす。
- ③②に①と残りの赤ちゃんミルク40mlを混ぜ合わせ、ふんわりとラップをかけて600Wの電子レンジで30秒間加熱する。

ホットバナナミルク

5・6か月～

材料

- 完熟したバナナ・・・1本
- 赤ちゃんミルク・・・100ml



作り方

- ①赤ちゃんミルクを電子レンジにかけます(600w約10秒)。
- ②完熟したバナナを1cmの輪切りにしてフォークでつぶし、電子レンジにかけ(600w約30秒)、トロトロにします。
- ③①と②を合わせてよく混ぜ合わせ、カップに注ぎます。
※ミキサーを使用するともっと簡単になります。

豆腐とにんじんのポタージュ

5・6か月～

材料

- 豆腐・・・3cm角 1個
- にんじん・・・輪切り2枚
- アイクレオ 赤ちゃんミルク・・・100ml



作り方

- ①軽くゆでた豆腐と、やわらかく煮たにんじんを裏ごしする。
- ②①を赤ちゃんミルクでのばし、弱火にかけながらポタージュ状にする。

鮭とキャベツの和え物

7・8か月～

材料

- キャベツ・・・1/3枚
- 生鮭・・・1/7切（約15g）
- アイクレオ 赤ちゃんミルク・・・60ml
- 水切りヨーグルト・・・小さじ1/2



作り方

- ①キャベツをやわらかくゆでて、きざむ。
- ②生鮭はゆでてほぐす。
- ③鮭と水切りヨーグルトを混ぜ合わせ、よくつぶす。
- ④③に①を入れ、赤ちゃんミルクを加え混ぜ合わせる。

アイクレオ 赤ちゃんミルクを使ったレシピ



おいしさと健康
Glico

チンゲン菜のミルク煮込みうどん

9か月～

材料

- ゆでうどん・・・50～80g位
- チンゲン菜・・・葉1枚
- 人参・・・輪切り1cm位
- アイクレオの赤ちゃんミルク・・・40ml

作り方

- ①チンゲン菜は細かく刻みます。
- ②人参は薄いイチョウ切りにして
①と一緒に水を加えて柔らかくなるまで茹でます。
- ③ゆでうどんは短く切って、レンジに30秒ほどかけます。
- ④柔らかくなった②に③を加え、赤ちゃんミルクを入れて煮込みます。
(水分が少ない場合は水を加えてください)



小松菜とバナナのスムージー

1歳～
大人にも！

材料

- 小松菜・・・1本
- 冷凍バナナ・・・1/2本
- アイクレオ 赤ちゃんミルク・・・100ml

作り方

- ①小松菜は1本をサッとゆで、ざく切りにする。
- ②①、冷凍バナナ、赤ちゃんミルクをミキサーに入れ混ぜ合わせる。



乳児用液体ミルクを用いたオリジナルレシピ 提案のお願い

【目的】

災害に備え、各家庭や自治体、施設等において備蓄している乳児用液体ミルクのローリングストック手段として、無駄なく備蓄を継続できるように各都道府県栄養士会栄養ケア・ステーション及び認定栄養ケア・ステーションでオリジナルレシピの作成

モデルレシピ集

乳幼児の月齢や使用目的による分類や、調理上の工夫を盛り込んだ実践的なレシピ集

※ 公に使える形を想定(HPからダウンロード可能等)

栄養ケア・ステーションの管理栄養士・栄養士による
楽しく、おもしろいアイデアを発信していきましょう！



【提出方法】

「献立提出用様式」に入力し9月30日（水）までに日本栄養士会までメールで送付

【作成の注意】

- ①文章：HG丸ゴシックM-PRO 14ポイント
- ②栄養価：値、単位の記載は食品成分表に準ずる
- ③写真：各自、スマートフォン等で撮影いただき、貼付けてください。
なお、画像データは様式とは別途ご提出ください。
- ④日本栄養士会として作成しますので、提出後、多少の調整・変更をお願いするかもしれませんが、予めご承知おきください。
各レシピには、作成した各都道府県栄養士会栄養ケア・ステーション名及び認定栄養ケア・ステーション名とご担当者のお名前、所属都道府県名を掲載します。

※ 全体としてなるべく簡略に箇条書きでお願いします。

記入方法と例

例 示



一般食

高齢者

レシピ対象者の
のバックを塗り
つぶしてく
ださい

献立の工夫・ポイント

- 試食してみて、
更に改善、工夫が必要な点、など、
気づいた点についても記載してください。

料理名

ミルク
ミネストローネ

エネルギー	000 kcal
たんぱく質	00.0 g
脂質	00.0 g
炭水化物	00.0 g
食塩相当量	0.0 g
ビタミンA	00 μgRAE
ビタミンB ₁	0.00 mg
ビタミンB ₂	0.00 mg
ビタミンC	00 mg
カルシウム	00 mg
鉄	0.0 mg

写真の合計栄養量を
記載してください
注) 栄養価の記載単位

料理名	材料名	使用量	料理名	材料名	使用量
ミルクミネストローネ	明治らくらくミルク ほほえみ	100cc			
	鶏肉				
	トマト				
	人参				
	ジャガイモ				
	玉ねぎ				
	塩				
	小麦粉				

例 示

市販品を活用した場合には、商品名を記載ください。
会社名の記載は必要ありません。

料理名の欄は全材料枠分でセルを結合してください。
枠が足りない場合、適宜調味料をまとめてください。



作り方・調理のポイント



- 作り方や調理におけるポイント 調理上の工夫点などを記載してください

〇〇栄養ケア・ステーション レシピ作成者 ()

