



令和5年
11月

予定献立表



可愛保育園
日清医療食品(株)

| 日 | 曜日 | こんだて | <あか> | <きいろ> | <みどり> | おやつ | |
|-----|----|---|---|--|---|-------------------|------------|
| | | | 血や肉をつくる | 熱や力になる | 体の調子を整える | | |
| 1日 | 水 | しそご飯 ささみのピカタ オクラのおかか和え かみかみごぼう 玉ねぎのみそ汁 果物 | 鶏ささみ 卵 糸カツオ わかめ みそ 牛乳 きな粉 | 米 押麦 小麦粉 油 ごま 砂糖 片栗粉 パン | オクラ ごぼう 人参 玉ねぎ しめじ にんにく 果物 | 牛乳 きなこクリームサンド | |
| 2日 | 木 | 肉うどん もずくのかき揚げ 青菜の白和え 果物 | 牛肉 かまぼこ もずく しらす 卵 豆腐 ツナ 牛乳 油揚げ | うどん 片栗粉 砂糖 小麦粉 油 ごま 米 | ねぎ 生姜 玉ねぎ 人参 からし菜 果物 ほうれん草 | 麦茶 油みそおにぎり | |
| 3日 | 金 | 文化の日 | | | | | |
| 4日 | 土 | ガバオライス 青菜のごま和え ビーフンスープ 果物缶 | 豚ミンチ 豚肉 牛乳 | 米 油 砂糖 ごま ビーフン ごま油 蒸しパン | 玉ねぎ パプリカ ピーマン えのき にんにく ほうれん草 コーン 人参 椎茸 長ネギ 果物缶 | 牛乳 蒸しパン | |
| 6日 | 月 | 麦ご飯 チンジャオロース 豆腐シューマイ 卵の中華スープ 果物 | 豚肉 豆腐シューマイ 卵 牛乳 チーズ | 米 押麦 片栗粉 じゃが芋 油 砂糖 ごま油 さつま芋 | ピーマン 人参 大根の葉 コーン 果物 | 牛乳 さつまポテトフライ | |
| 7日 | 火 | ロールパン マカロニグラタン ブロッコリーごま和え 牛肉スープ 果物 | 鶏肉 牛乳 生クリーム チーズ ひじき 牛肉 卵 枝豆 昆布 | ロールパン マカロニ 小麦粉 バター ごま 砂糖 米 押麦 | 人参 玉ねぎ グリーンピース しめじ ブロッコリー パプリカ コーン 大根 えのき ねぎ にんにく 生姜 果物 | 麦茶 昆布おにぎり | |
| 8日 | 水 | 玄米ご飯 レバーのゴマソース 野菜炒め じゃが芋のみそ汁 フルーツヨーグルト | 豚レバー ちくわ みそ 油揚げ ヨーグルト 牛乳 きな粉 | 米 玄米 油 砂糖 ごま 片栗粉 じゃが芋 かつ粉 黒糖 | ほうれん草 人参 しめじ 玉ねぎ 生姜 大根の葉 果物缶 | 牛乳 くずもち | |
| 9日 | 木 | あわご飯 鮭のもみじ焼き 筑前煮 そうめん汁 果物 | 鮭 鶏肉 卵 生クリーム クリームチーズ 牛乳 | 米 もちきび マヨネーズ そうめん 小麦粉 砂糖 さつま芋 クラッカー | 人参 大根 たけのこ 椎茸 絹さや ねぎ 果物 | 豆乳ココア 焼きチーズケーキ | |
| 10日 | 金 | 秋の遠足 | | | | | 牛乳 揚げパン |
| 11日 | 土 | 麻婆丼 ナムル コーンスープ 杏仁フルーツ | 豆腐 豚ミンチ みそ ちくわ 牛乳 | 米 ごま油 砂糖 片栗粉 ごま 杏仁豆腐 カステラ | 人参 玉ねぎ 椎茸 たけのこ 生姜 にんにく もやし コーン きゅうり パプリカ ほうれん草 果物 | | |
| 13日 | 月 | 麦ご飯 白身魚のケチャップあん ゆでブロッコリー パパイアイリチー さつま芋のみそ汁 果物 | 白身魚 ツナ みそ 牛乳 | 米 押麦 片栗粉 油 マヨネーズ さつま芋 小麦粉 黒糖 | ブロッコリー 生姜 パパイア 人参 たら 玉ねぎ 大根の葉 果物 | 牛乳 黒糖アガラサー | |
| 14日 | 火 | 野菜そば もずく酢 ごまじゃが 果物 | 豚肉 もずく 鮭 わかめ 牛乳 | 沖繩そば 油 ごま じゃが芋 砂糖 米 | キャベツ 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 ねぎ きゅうり 果物 | 麦茶 鮭とワカメのおにぎり | |
| 15日 | 水 | ☆七五三お祝い膳☆ 祝寿司 ハンバーグ フライドポテト お花魁のすまし汁 フルーツ盛り | 卵 のり ハンバーグ 豆腐 牛乳 | 米 砂糖 じゃが芋 油 花魁 ケーキミックス | 人参 椎茸 れんこん 絹さや 大根 みつば 果物 | 牛乳 サーターアングギー | |
| 16日 | 木 | 玄米ご飯 さばのカレー揚げ クレープイリチー かぼちゃのみそ汁 果物 | さば 昆布 豚肉 みそ 牛乳 | 米 玄米 小麦粉 油 カレー粉 糸こんにゃく 食パン バター 砂糖 | 生姜 切干大根 人参 南瓜 玉ねぎ 大根の葉 果物缶 | 牛乳 ジャムサンド | |
| 17日 | 金 | あわご飯 スパニッシュオムレツ 青菜のソテー クリームスープ 果物 | 卵 牛乳 ハム チーズ 枝豆 鶏肉 さつま揚げ 牛乳 | 米 もちきび じゃが芋 バター 油 小麦粉 紅芋粉 ラード 砂糖 | トマト ほうれん草 人参 えのき 白菜 玉ねぎ マッシュルーム 果物 | 牛乳 紅芋ちんすこう | |
| 18日 | 土 | チャーハン 春雨の中華和え わかめスープ 果物 | ウインナー ささみ 豆腐 ワカメ 牛乳 | 米 油 春雨 ごま油 砂糖 ごま クラッカー ジャム ココア | 人参 玉ねぎ ピーマン きゅうり パプリカ コーン 果物 | 牛乳 クラッカーサンド | |
| 20日 | 月 | ドライカレー ひじきと枝豆のサラダ 卵とオクラのスープ 果物 | 合い挽きミンチ 牛乳 豚レバー 大豆 ひじき 枝豆 卵 ヨーグルト | 米 押麦 カレー粉 油 砂糖 ごまドレッシング 小麦粉 バター | 人参 玉ねぎ ピーマン にんにく えのき マッシュルーム コーン パプリカ れんこん オクラ 果物 | ヤクルト バナナケーキ | |
| 21日 | 火 | 玄米ご飯 魚の西京焼き かぼちゃのごままぶし キャベツ炒め けんちん汁 果物 | 白身魚 みそ 豚肉 ウインナー 牛乳 | 米 玄米 油 砂糖 ごま 里芋 さつま芋 | 長ネギ 生姜 南瓜 キャベツ 玉ねぎ 人参 大根 椎茸 大根の葉 果物 | 牛乳 大学芋 | |
| 22日 | 水 | ★お誕生日会★ コーンライス チキンナゲット 春雨サラダ ミネストローネ 果物 | ハム 鶏ミンチ 豆腐 ツナ ウインナー | 米 押麦 バター 油 パン粉 春雨 砂糖 マカロニ ケーキ | コーン 玉ねぎ きゅうり パプリカ キャベツ 人参 トマト 果物 | ジュース お誕生日ケーキ | |
| 23日 | 木 | 勤労感謝の日 | | | | | |
| 24日 | 金 | 黒米ご飯 さばの塩焼き 南瓜のそぼろ煮 豚汁 果物 | さば 鶏ミンチ 豚肉 卵 豚レバー みそ ハム 牛乳 チーズ | 米 黒米 油 砂糖 片 栗粉 ケーキミックス ヨネーズ | 生姜 人参 いんげん 南瓜 大根 長ねぎ ごぼう 玉ねぎ 果物 | 麦茶 ゆかりおにぎり | |
| 25日 | 土 | プルコギ 鶏肉ときゅうりのごま和え ゆし豆腐汁 果物 | 牛肉 ささみ ゆし豆腐 牛乳 | 米 小麦粉 ごま油 砂糖 春雨 ごま ソフトぼうろ | 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 きゅうり レタス にんにく トマト 生姜 ねぎ 果物 | 牛乳 ソフトぼうろ | |
| 27日 | 月 | あわご飯 チキン南蛮 果物 からし菜チャンプルー 大根のみそ汁 | 鶏肉 卵 豆腐 ツナ 油揚げ みそ しらす 青さのり 牛乳 | 米 もちきび 小麦粉 油 砂糖 マヨネーズ | 玉ねぎ パプリカ からし菜 人参 大根 しめじ ねぎ パセリ キャベツ 果物 | 牛乳 お好み焼き | |
| 28日 | 火 | タコライス コロッケ 青菜のスープ ヨーグルト(きな粉かけ) | 合い挽きミンチ チーズ 豚肉 卵 牛乳 ヨーグルト | 米 押麦 砂糖 油 カレー粉 コロッケ ごま ごま油 小麦粉 黒糖 ケーキミックス バター | 玉ねぎ 人参 にんにく レタス トマト ほうれん草 長ねぎ 果物 | 牛乳 くんぺん | |
| 29日 | 水 | あわご飯 焼肉 マカロニサラダ きのこのみそ汁 果物 | 牛肉 卵 みそ チーズ ウインナー 牛乳 | 米 もちきび 片栗粉 砂糖 ごま油 マカロニ マヨネーズ 食パン バター | 玉ねぎ キャベツ 人参 ピーマン にんにく 生姜 パプリカ きゅうり えのき しめじ 椎茸 大根の葉 果物 | 牛乳 ココアショートブレッド | |
| 30日 | 木 | 麦ご飯 魚のチーズパン粉焼き 人参しりしり なすのみそ汁 果物 | 白身魚 チーズ 卵 油揚げ みそ フィッシュソー セージ 牛乳 | 米 押麦 パン粉 油 マヨ ネーズ ケーキミックス | 人参 玉ねぎ たら なす ねぎ キャベツ 果物 | 牛乳 アメリカンドッグ | |

☆献立は材料、その他の都合により変更することがあります。

☆アレルギー対応食は医師の診断書に基づき実施しています。





離乳食献立表<その1>

令和5年 可愛保育園 (日清医療食品)



| 回食 月齢 | 昼食 | | | おやつ 中期・後期 7~11ヶ月頃 |
|-----------|--------------------------------------|--|--|---|
| | 初期 5・6ヶ月頃(開始後一ヶ月間) | 中期 7・8ヶ月 | 後期 9・10・11ヶ月 | |
| 固さの 目安 | トロトロ ⇒ ベタベタ ヨーグルト状 | 舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(つぶつぶ) | 歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(荒みじん切り) | |
| 1 | 10倍粥 さつまいもペースト すまし汁 | 7倍粥 ささみと玉ねぎのつぶし煮 オクラと人参のつぶし煮 さつまいものすまし汁 果物 | 全粥 ささみと玉ねぎの柔らか煮 オクラと人参の柔らか煮 さつまいものみそ汁 果物 | 野菜おじや |
| 水 | (主な材料)米 ささみ 玉ねぎ オクラ 人参 さつまいも 果物 | | | 白身魚 わかめ 大根 |
| 2 | 10倍粥 豆腐ペースト すまし汁 | 7倍粥 豆腐と人参のつぶし煮 青菜と玉ねぎのつぶし煮 もずくのすまし汁 果物 | 全粥 豆腐と人参の柔らか煮 青菜と玉ねぎの柔らか煮 もずくのすまし汁 果物 | 野菜おじや |
| 木 | (主な材料)米 豆腐 人参 小松菜 玉ねぎ もずく 果物 | | | しらす ほうれん草 じゃが芋 |
| 3 | 文化の日(公休日) | | | |
| 金 | | | | |
| 4 | 10倍粥 人参と青菜ペースト すまし汁 | 7倍粥 ささみと青菜のつぶし煮 人参と玉ねぎのつぶし煮 アーサ汁 果物 | 全粥 ささみと青菜の柔らか煮 人参と玉ねぎの柔らか煮 アーサ汁 果物 | バナナとりんご煮 |
| 土 | (主な材料)米 ささみ ほうれん草 人参 玉ねぎ あおさ 果物 | | | バナナ りんご |
| 6 | 10倍粥 じゃが芋ペースト すまし汁 | 7倍粥 白身魚とオクラのつぶし煮 人参と冬瓜のつぶし煮 じゃが芋のすまし汁 果物 | 全粥 白身魚とオクラの柔らか煮 人参と冬瓜の柔らか煮 じゃが芋のすまし汁 果物 | 野菜おじや |
| 月 | (主な材料)米 白身魚 オクラ 冬瓜 人参 じゃが芋 果物 | | | 鶏ミンチ 玉ねぎ 小松菜 |
| 7 | 10倍粥 トマトと青菜のペースト すまし汁 | 7倍粥 ささみと青菜のつぶし煮 ブロッコリーとひじきのつぶし煮 トマトのスープ 果物 | 全粥 ささみと青菜の柔らか煮 ブロッコリーとひじきの柔らか煮 トマトのスープ 果物 | 野菜おじや |
| 火 | (主な材料)米 ささみ チンゲン菜 ブロッコリー ひじき トマト 果物 | | | しらす 人参 キャベツ |
| 8 | 10倍粥 白菜と人参ペースト すまし汁 | 7倍粥 鶏レバーと南瓜のつぶし煮 白菜と人参のつぶし煮 青菜のすまし汁 果物 | 全粥 鶏レバーと南瓜の柔らか煮 白菜と人参の柔らか煮 青菜のみそ汁 果物 | 野菜おじや |
| 水 | (主な材料)米 鶏レバー 南瓜 白菜 人参 ほうれん草 果物 | | | 白身魚 じゃが芋 玉ねぎ 青さのり |
| 9 | 10倍粥 大根と青菜ペースト すまし汁 | 7倍粥 鮭と玉ねぎのつぶし煮 大根と青菜のつぶし煮 さつまいものすまし汁 果物 | 全粥 鮭と玉ねぎの柔らか煮 大根と青菜の柔らか煮 さつまいものすまし汁 果物 | 野菜おじや |
| 木 | (主な材料)米 鮭 玉ねぎ 大根 小松菜 さつまいも 果物 | | | 鶏ミンチ ブロッコリー 人参 南瓜とりんご豆乳煮 |
| 10 | お弁当会 | | | |
| 金 | | | | 南瓜 りんご 豆乳 |
| 11 | 10倍粥 豆腐と人参ペースト すまし汁 | 7倍粥 豆腐と人参のつぶし煮 青菜と玉ねぎのつぶし煮 きゅうりのすまし汁 果物 | 全粥 豆腐と人参の柔らか煮 青菜と玉ねぎの柔らか煮 きゅうりのすまし汁 果物 |  |
| 土 | (主な材料)米 豆腐 人参 ほうれん草 玉ねぎ きゅうり 果物 | | | |
| 13 | 10倍粥 白身魚と南瓜ペースト すまし汁 | 7倍粥 白身魚と南瓜のつぶし煮 ブロッコリーの玉ねぎのつぶし煮 さつまいものすまし汁 果物 | 全粥 白身魚と南瓜の柔らか煮 ブロッコリーの玉ねぎの柔らか煮 さつまいものみそ汁 果物 | 野菜おじや |
| 月 | (主な材料)米 白身魚 南瓜 ブロッコリー 玉ねぎ さつまいも 果物 | | | ささみ 人参 チンゲン菜 |
| 14 | 10倍粥 豆腐のペースト すまし汁 | もずく粥 豆腐と青菜のつぶし煮 人参とじゃが芋のつぶし煮 キャベツのすまし汁 果物 | もずく粥 豆腐と青菜の柔らか煮 人参とじゃが芋の柔らか煮 キャベツのすまし汁 果物 | 野菜おじや |
| 火 | (主な材料)米 もずく 豆腐 ちんげん菜 人参 じゃが芋 キャベツ 果物 | | | さけ わかめ きゅうり |
| 15 | 10倍粥 しらすとブロッコリーペースト すまし汁 | 7倍粥 しらすとブロッコリーのつぶし煮 大根とトマトのつぶし煮 青菜のすまし汁 果物 | 全粥 しらすとブロッコリーの柔らか煮 大根とトマトの柔らか煮 青菜のすまし汁 果物 | 野菜おじや |
| 水 | (主な材料)米 しらす ブロッコリー 大根 トマト 人参 小松菜 果物 | | | 鶏ミンチ オクラ 冬瓜 |
| 16 | 10倍粥 南瓜ペースト すまし汁 | 7倍粥 白身魚と玉ねぎのつぶし煮 キャベツときゅうりのつぶし煮 南瓜のすまし汁 果物 | 全粥 白身魚と玉ねぎの柔らか煮 キャベツときゅうりの柔らか煮 南瓜のすまし汁 果物 | 野菜おじや |
| 木 | (主な材料)米 白身魚 玉ねぎ キャベツ きゅうり 南瓜 果物 | | | ささみ 人参 ほうれん草 |

※ 厚生労働省『授乳・離乳の支援ガイド』に沿って離乳食を進めます。
 ※ 献立は月齢ごとの目安です。使用食品、調理形態、分量など、個人差を考慮しながら進めます。
 ※ 離乳の完了は1歳から1歳6ヶ月です。進み具合をみながら、幼児食へ移行していきます。



離乳食献立表<その2>

令和5年 日清医療食品



| 回食 月齢 | 昼食 | | | おやつ 中期・後期 7~11ヶ月頃 |
|-----------|--|---|---|-------------------------|
| | 初期 5・6ヶ月頃(開始後一ヶ月間) | 中期 7・8ヶ月 | 後期 9・10・11ヶ月 | |
| 固さの 目安 | トロトロ⇒ベタベタ ヨーグルト状 | 舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(つぶつぶ) | 歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(荒みじん切り) | |
| 17 | 10倍粥 野菜ペースト すまし汁 | 7倍粥 野菜のそぼろ煮 青菜と玉ねぎのつぶし煮 トマトのすまし汁 果物 | 全粥 野菜のそぼろ煮 青菜と玉ねぎの柔らか煮 トマトのすまし汁 果物 | さつまいもと南瓜煮 |
| 金 | (主な材料)米 鶏ミンチ ジャが芋 人参 白菜 小松菜 玉ねぎ トマト 果物 | | | さつまいも 南瓜 |
| 18 | 10倍粥 さつまいもペースト すまし汁 | 7倍粥 白身魚のと人参のつぶし煮 さつまいものつぶし煮 きゅうりのすまし汁 果物 | 全粥 白身魚のと人参の柔らか煮 さつまいもの柔らか煮 きゅうりのすまし汁 果物 | 野菜おじや |
| 土 | (主な材料)米 白身魚 人参 さつまいも きゅうり 果物 | | | ささみ 南瓜 小松菜 |
| 20 | 10倍粥 野菜ペースト すまし汁 | 野菜丼 冬瓜のとろとろ煮 じゃが芋のすまし汁 果物 | 野菜丼 冬瓜のとろとろ煮 じゃが芋のすまし汁 果物 | バナナとりんご煮 |
| 月 | (主な材料)米 鶏ミンチ 人参 玉ねぎ なす オクラ 冬瓜 ジャが芋 果物 | | | バナナ りんご |
| 21 | 10倍粥 南瓜と玉ねぎペースト すまし汁 | 7倍粥 豆腐とキャベツのつぶし煮 南瓜と玉ねぎのつぶし煮 大根のすまし汁 果物 | 全粥 豆腐とキャベツの柔らか煮 南瓜と玉ねぎの柔らか煮 大根のすまし汁 果物 | 野菜おじや |
| 火 | (主な材料)米 豆腐 キャベツ 南瓜 玉ねぎ 大根 果物 | | | 白身魚 人参 小松菜 |
| 22 | 10倍粥 トマトときゅうりペースト すまし汁 | 7倍粥 鶏レバーと人参のつぶし煮 トマトときゅうりのつぶし煮 アーサのスープ 果物 | 全粥 鶏レバーと人参の柔らか煮 トマトときゅうりの柔らか煮 アーサのスープ 果物 | 野菜おじや |
| 水 | (主な材料)米 鶏レバー 人参 トマト きゅうり アーサ 果物 | | | しらす ブロッコリー 玉ねぎ |
| 23 | 勤労感謝の日(公休日) | | | |
| 木 | | | | |
| 24 | 10倍粥 白身魚と人参ペースト すまし汁 | 7倍粥 白身魚と人参のつぶし煮 南瓜のつぶし煮 大根のすまし汁 果物 | 全粥 白身魚と人参の柔らか煮 南瓜の柔らか煮 大根のすまし汁 果物 | 野菜おじや |
| 金 | (主な材料)米 白身魚 人参 南瓜 大根 果物 | | | 鶏ミンチ 人参 オクラ |
| 25 | 10倍粥 ゆし豆腐 すまし汁 | 7倍粥 ささみと青菜のつぶし煮 人参ときゅうりのつぶし煮 ゆし豆腐 果物 | 全粥 ささみと青菜の柔らか煮 人参ときゅうりの柔らか煮 ゆし豆腐 果物 | 野菜おじや |
| 土 | (主な材料)米 ささみ ちんげん菜 人参 きゅうり ゆし豆腐 果物 | | | しらす レタス トマト |
| 27 | 10倍粥 大根と人参のペースト すまし汁 | 7倍粥 ささみとブロッコリーのつぶし煮 大根と人参のつぶし煮 わかめのすまし汁 果物 | 全粥 ささみとブロッコリーの柔らか煮 大根と人参の柔らか煮 わかめのみそ汁 果物 | 野菜おじや |
| 月 | (主な材料)米 ささみ ブロッコリー 大根 人参 わかめ 果物 | | | 白身魚 キャベツ 南瓜 |
| 28 | 10倍粥 トマトと青菜ペースト すまし汁 | 7倍粥 じゃが芋のそぼろ煮 トマトと青菜のつぶし煮 レタスのすまし汁 果物 | 全粥 じゃが芋のそぼろ煮 トマトと青菜の柔らか煮 レタスのすまし汁 果物 | さつまいもとりんご煮 |
| 火 | (主な材料)米 鶏ミンチ ジャが芋 トマト ほうれん草 レタス 果物 | | | さつまいも りんご |
| 29 | 10倍粥 きゅうりと玉ねぎペースト すまし汁 | 7倍粥 豆腐と人参のつぶし煮 きゅうりと玉ねぎのつぶし煮 キャベツのすまし汁 果物 | 全粥 豆腐と人参の柔らか煮 きゅうりと玉ねぎの柔らか煮 キャベツのすまし汁 果物 | 野菜おじや |
| 水 | (主な材料)米 豆腐 人参 きゅうり 玉ねぎ キャベツ 果物 | | | しらす 大根 オクラ |
| 30 | 10倍粥 白身魚とブロッコリーペースト すまし汁 | 7倍粥 白身魚とブロッコリーのつぶし煮 玉ねぎと人参のつぶし煮 なすのすまし汁 果物 | 全粥 白身魚とブロッコリーの柔らか煮 玉ねぎと人参の柔らか煮 なすのみそ汁 果物 | 野菜おじや |
| 木 | (主な材料)米 白身魚 ブロッコリー 玉ねぎ 人参 なす 果物 | | | 鶏ミンチ あおさ キャベツ |

※ 厚生労働省『授乳・離乳の支援ガイド』に沿って離乳食を進めます。
 ※ 献立は月齢ごとの目安です。使用食品、調理形態、分量など、個人差を考慮しながら進めます
 ※ 離乳の完了は1歳から1歳6ヶ月です。進み具合をみながら、幼児食へ移行していきます。

好き嫌いへの対応

離乳食も9~11か月頃になると、赤ちゃんにも食べ物の好みが出てきます。特に、はじめて口にするものや食べ慣れないものは、なかなか食べてくれません。食べないからといって与えるのをあきらめるのではなく、調理法を変えたり、味つけを変えたりして、少しずつ与えてみると良いでしょう。ただし、どうしても食べない場合は空腹ではない場合も。だから続けるのではなく、20分ぐらいで切り上げるようにしましょう。

あそび食へはどのように対応する？

食べる気がなくなり、食べ物をおもちゃにしてしまう「あそび食」。子どもがある程度は自分で食べたら、残りは介助しながら与えましょう。顔をそむけたり、イヤイヤをしたりしたら、ごちそうさまのサイン。早めに切り上げるようにします。

12~18か月頃の離乳食(完了期)

- 食材 大人とほとんど同じものが食べられます。
- 味 薄味を心がけましょう。
- 形状 前歯が生えそろってきて、奥の歯ぐきでつぶして食べられる硬さにします。個人差があるので、歯の生え方、口の動きをよく見ましょう。
- 量 朝、昼、夕、おやつ4回で栄養をとりまします。
- 与え方 大人といっしょに食べます。手づかみが上手にできたら、スプーン・フォークを持たせます。