

◆◆ 離乳食調理形態の見本 ◆◆

* 離乳食教室では、主に離乳初期と離乳中期の実習を行います

離乳初期…生後5～6か月頃
なめらかにすりつぶした状態

離乳中期…7～8か月頃
舌でつぶせる固さ（豆腐くらい）

ごはん



10倍がゆ
つぶがない状態



7倍がゆ

にんじん



つぶつぶがある

ほうれん草



* 葉先のみ



* 葉と軸が混ざっている

かぼちゃ



白身魚



* 片栗粉でとろみをつける



離乳後期…9～11か月頃

歯ぐきでつぶせる固さ
(指でつぶせるバナナくらい)

離乳完了期…12～18か月頃

歯ぐきでかめる固さ

ごはん



5倍がゆ



軟飯

にんじん



手づかみ食べ用

ほうれん草



かぼちゃ



皮は取り除く



皮はついたまま

白身魚

