



		初期	中期		後期	
日	曜	お昼	お昼	午後	お昼	午後
1	金	お粥 スープ かれいペースト 人参ペースト				
5	火	お粥 スープ 人参ペースト 大根ペースト				
6	水	お粥 スープ ほうれん草ペースト じゃが芋ペースト				
7	木	お粥 スープ じゃが芋ペースト きゅうりペースト				
8	金	お粥 スープ 人参ペースト かれいペースト				
11	月	お粥 スープ 小松菜ペースト さつま芋ペースト				
12	火	お粥 スープ 豆腐ペースト 人参ペースト				
13	水	お粥 スープ かれいペースト キャベツペースト				
14	木	お粥 スープ ほうれん草ペースト 人参ペースト				
15	金	お粥 スープ ほうれん草ペースト 大根ペースト				
18	月	お粥 スープ キャベツペースト さつま芋ペースト				
19	火	お粥 スープ 人参ペースト 小松菜ペースト				
20	水	お粥 スープ 玉ねぎペースト じゃが芋ペースト				
21	木	お粥 スープ 人参ペースト じゃが芋ペースト				
22	金	お粥 スープ かれいペースト ブロッコリーペースト				
25	月	お粥 スープ かれいペースト 人参ペースト				
26	火	お粥 スープ ほうれん草ペースト じゃが芋ペースト				
27	水	お粥 スープ 豆腐ペースト 小松菜ペースト				
28	木	お粥 スープ キャベツペースト じゃが芋ペースト				
29	金	お粥 スープ 人参ペースト 白菜ペースト				

初期のポイント

- ・固さはポターージュ状～ジャム状
- ・離乳食を飲みこむ練習
- ・まずは舌触りになれる

離乳食の回数は1日1回、なるべく毎日同じ時間にあげましょう。最初に与える食品は、おもゆ、お粥などのでんぷん質の食品で慣らしていきます。3さじ程度食べられるようになったら、いも類や野菜(じゃが芋、かぼちゃ、にんじんなど)をやわらかく茹でてなめらかにすりつ

中期のポイント

後期のポイント