

準備期	初期	中期 (2回食開始)	後期 (3回食開始・午後のおやつ開始)
4カ月すぎ 野菜のゆで汁	5カ月すぎ ・おもゆ (子ども茶フン3分の1位) ・野菜 1品 ・野菜ゆで汁	6カ月すぎ ・つぶしかゆ (茶フン3/1位) ・野菜 2品~3品 ・白身魚 (後半になつてから5~10g) ・野菜ゆで汁	7カ月すぎ ・つぶしかゆ (粒々) 茶フン2分の1位 ・野菜 3品 ・白身魚 (10~15g) ・みそ汁のうわすみをうすめて ・果物 (1日1回程度)
8カ月すぎ 野菜のゆで汁	9カ月すぎ ・全かゆ (茶フン8分目) ・野菜 (100g) ・魚介類 (30g) または豆腐 (40g) ・みそ汁 ・果物	10カ月すぎ ・全かゆ ・野菜 (100g) ・魚介類 (30g) または豆腐 (40g) ・みそ汁 ・果物	11カ月すぎ ・軟飯 (8分目) ・野菜 ・魚介類 (40g) または豆腐 (50g) ・みそ汁 ・果物 ・油使用可
12カ月すぎ ・ごはん ・野菜 ・魚介類または豆腐 ・または肉類 ・みそ汁 ・果物 ・卵少量使用可 ・わかした牛乳	12カ月すぎ ・ごはん ・野菜 ・魚介類または豆腐 ・または肉類 ・みそ汁 ・果物 ・卵少量使用可 ・わかした牛乳	12カ月すぎ ・ごはん ・野菜 ・魚介類または豆腐 ・または肉類 ・みそ汁 ・果物 ・卵少量使用可 ・わかした牛乳	12カ月すぎ ・ごはん ・野菜 ・魚介類または豆腐 ・または肉類 ・みそ汁 ・果物 ・卵少量使用可 ・わかした牛乳

一回に与える内容

与えはじめる食品

調理のしかた及び形態

<p>(調味料) さとう (大豆製品) 納豆 (ぎざんで) (肉類) 豚ひき肉 (赤身の多いもの) (魚介類) あじ・にしん・ぶらり・ホッケ・シヤモ (オス)・ホタテ (野菜) 長イモ・里イモ・きゅうり (果物) ミカン類・メロン・すいか (海藻類) ひじき・ワカメ・のり・とろろ昆布</p>	<p>(調味料) いんげん・えんと う・そら豆 (油脂類) コーン油・オリーブ油 (魚介類) サンマ・サバ・イワシ</p>	<p>(大豆製品) きな粉 (種実類) すりごま (魚介類) サケ・マス・カツオ・マグロ</p>	<p>(豆類) 大豆・小豆 (卵類) 鶏卵・うすら卵 (種実類) ごま粒 (魚介類) カキ・貝類 (アサリ・シジミ) (牛乳及び乳製品) チーズ・バター・ヨーグルト・牛乳 (加熱)</p>
<p>・固くきでつぶせるかたさ。 ・手に持てるようにスティック状にする。</p>	<p>・指でつまめる位の大きさにしたり、裏物は少し刻む程度に。 ・自分で食べることを大切に。 ・ただし、遊び食べにならないように30分位をめに。</p>	<p>・水分が不足しないように赤身の魚や肉など、多く含む食品を心がける。 (小松菜・ほうれん草・ひじき)</p>	<p>・スプーンに乗るように少し刻む。 ・揚げ物も食べられる。 ・牛乳は加熱したものを与える。 ・そのまの牛乳は、13カ月~15カ月くらいから使用可能。 ・卵はつなぎ程度で使用可能。</p>

