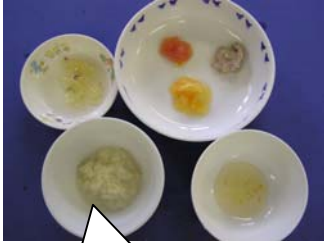


## 離乳食 4 段階

ごっくん期  
(5. 6か月頃)



パン粥  
肉ペースト  
汁の具  
トマトのペースト  
スープ  
葡萄ペースト

もぐもぐ期  
(7. 8か月頃)



トースト粥  
肉団子つぶし  
ブロッコリー  
トマトみじん  
角切り野菜スープ  
葡萄あらつぶし

かみかみ期  
(9か月から11か月頃)



スティックトースト  
肉団子  
ブロッコリー  
スティックトマト  
角切り野菜スープ  
葡萄(粒)

ぱくぱく期  
(12か月から18か月頃)



生パン(三角)  
焼きハンバーグ  
房ブロッコリー  
角切りトマト  
角切り野菜スープ  
葡萄(粒)

ごっくん期  
(5. 6か月頃)



重湯  
南瓜ペースト  
人参ペースト  
魚すり流し  
スープ(上澄み)  
いちごペースト

もぐもぐ期  
(7. 8か月頃)



7倍粥  
白身魚野菜あん  
南瓜あらつぶし  
みそ汁  
(じゃがいも)  
いちごつぶし

かみかみ期  
(9か月から11か月頃)



3倍粥  
白身魚野菜あん  
南瓜煮  
みそ汁  
(わかめ・じゃが芋)  
いちご(刻み)

ぱくぱく期  
(12か月から18か月頃)



軟飯  
白身魚あんかけ  
南瓜・人参煮  
みそ汁  
いちご(粒)  
牛乳になる

もぐもぐ期  
(7. 8か月頃)



トースト角切り  
ミニハンバーグ  
トマト  
野菜スープ  
りんご

かみかみ期  
(9か月から11か月頃)



スティックトースト  
ミニハンバーグ  
トマト  
野菜スープ  
りんご

ぱくぱく期  
(12か月から18か月頃)



ぶどうロール  
ミートローフ  
トマト  
ほうれん草ソテー  
野菜スープ  
りんご

もぐもぐ期  
(7. 8か月頃)



7倍粥  
茹で野菜  
さつまいもつぶし煮  
みそ汁  
(なす)

かみかみ期  
(9か月から11か月頃)



3倍粥  
茹で野菜  
さつまいもスティック揚げ  
みそ汁  
(なす・油揚げ)

ぱくぱく期  
(12か月から18か月頃)



軟飯  
茹で野菜  
さつまいも天ぷら  
みそ汁  
(なす・油揚げ)

もぐもぐ期  
(7. 8か月頃)



豆入り7倍粥  
野菜つぶし煮  
清汁(豆腐つぶし)  
桃

かみかみ期  
(9か月から11か月頃)



豆入り3倍粥  
野菜の卵とじ  
清汁(豆腐)  
桃

ぱくぱく期  
(12か月から18か月頃)



豆入り軟飯  
卵焼き  
かぶの漬物  
清汁(豆腐)  
桃

もぐもぐ期  
(7. 8か月頃)



7倍がゆ  
なすのトマト煮  
(野菜のみ)  
ゆでチンゲン菜  
野菜スープ  
りんご

かみかみ期  
(9か月から11か月頃)



3倍がゆ  
なすのトマト煮  
(とりひき肉入り)  
ゆでチンゲン菜  
野菜スープ  
りんご

ぱくぱく期  
(12か月から18か月頃)



軟飯  
なすのトマト煮  
(とりひき肉入り)  
ゆでにんじん  
ゆでチンゲン菜  
野菜スープ  
りんご