



離乳食こんだて

社会福祉法人マリヤ福祉会
いちごえ保育園

【平成28年】

- ★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、個人差を考慮します。
- ★離乳の完了は1歳から1歳6ヶ月頃です。進み具合をみながら、幼児食へ移行していきます。



【NO1】 (作成者) 栄養士 野原正子

回数	1回食 (午前)				2回食 (午後)	
	5・6ヶ月頃 (開始後1ヶ月間)	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃	
月令	なめらかにすりつぶした状態 プレーンヨーグルト状(ごっくん)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)	
形態	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ	全がゆ	全がゆ ⇒ 軟飯	全がゆ	全がゆ ⇒ 軟飯	
固さ	なめらかにすりつぶした状態 プレーンヨーグルト状(ごっくん)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)	
16	白身魚のトマト煮 すまし汁 (主な材料) 米 白身魚 トマト 玉ねぎ 人参 そうめん みかん	全がゆ 魚と野菜のトマト煮 そうめん汁 みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のトマト煮 そうめん汁 みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のトマト煮 そうめん汁 みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 きゅうりのおかか煮 鶏ささみと人参のミルクスープ りんご 米 きゅうり 鶏ささみ 人参 玉ねぎ ミルク りんご	
17	おべんとう会					
18	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 根菜ペースト すまし汁 (主な材料) 米 鶏ささみ 人参 ジャガイモ GP 大根 りんご	全がゆ 鶏ささみと野菜の煮物 おろし大根スープ りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏ささみと野菜の煮物 おろし大根スープ りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏ささみと野菜の煮物 おろし大根スープ りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 きなこがゆ 根菜そぼろ煮風 みそ汁 みかん 米 きなこ 大根 人参 玉ねぎ 鶏ささみ 麩 みかん	
19	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 人参 ジャガイモ GP ツナ缶 ゆし豆腐 みかん	全がゆ 人参ペースト みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 人参ペースト みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 人参ペースト みかん		
21	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 魚と人参のすり流し すまし汁 (主な材料) 米 白身魚 枝豆 人参 わかめ 麩 梨	全がゆ 魚と人参のトマト風味 みそ汁 梨	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と人参のトマト風味 みそ汁 梨	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と人参のトマト風味 みそ汁 梨	全がゆ ⇒ 軟飯 あけぼの豆腐 さつま汁 りんご 米 豆腐 人参 玉ねぎ さつま芋 りんご	
22	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ かぼちゃペースト すまし汁 (主な材料) 米 かぼちゃ 玉ねぎ 鶏ささみ 大根 わかめ みかん	全がゆ かぼちゃのそぼろ煮風 みそ汁 みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃのそぼろ煮風 みそ汁 みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃのそぼろ煮風 みそ汁 みかん	ココロトースト 魚と野菜のスープ バナナ 食パン ミルク 白身魚 玉ねぎ レタス トマト バナナ	
24	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 野菜ペースト すまし汁 (主な材料) 米 ジャガイモ 人参 玉ねぎ トマト 鶏ささみ コーン缶 柿	全がゆ ポテトそぼろ煮風 コーンスープ 柿	全がゆ ⇒ 軟飯 ポテトそぼろ煮風 コーンスープ 柿	全がゆ ⇒ 軟飯 ポテトそぼろ煮風 コーンスープ 柿	みそおじや (豆腐入り) 人参のミルクスープ りんご 米 玉ねぎ きゅうり 豆腐 人参 ジャガイモ ツナ缶 りんご	
25	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 二色ペースト すまし汁 (主な材料) 米 ジャガイモ 玉ねぎ ほうれん草 白身魚 あおさ りんご	全がゆ ポテトのみどり煮 白身魚とあおさの汁 りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 ポテトのみどり煮 白身魚とあおさの汁 りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 ポテトのみどり煮 白身魚とあおさの汁 りんご	鶏がゆ ポテトおやき みそ汁 みかん 米 鶏ささみ ジャガイモ ほうれん草 ツナ缶 人参 みかん	
26	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 絹ごし豆腐のすり流し すまし汁 (主な材料) 米 絹ごし豆腐 玉ねぎ 人参 白菜 わかめ みかん	全がゆ 炒り豆腐 みそ汁 みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 炒り豆腐 みそ汁 みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 炒り豆腐 みそ汁 みかん	おじや 魚スープ りんご 米 白菜 玉ねぎ 人参 ジャガイモ 白身魚 りんご	
28	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 白身魚のすり流し すまし汁 (主な材料) 米 白身魚 人参 玉ねぎ ブロッコリー そうめん 梨	全がゆ 魚と野菜のスープ煮 そうめん汁 梨	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のスープ煮 そうめん汁 梨	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のスープ煮 そうめん汁 梨	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐のみどり煮 みそ汁 りんご 米 豆腐 ブロッコリー 玉ねぎ 人参 わかめ 麩 りんご	
29	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 根菜ペースト すまし汁 (主な材料) 米 鶏肉 白菜 ジャガイモ 人参 わかめ 麩 柿	全がゆ スティック野菜 みそ汁 柿	全がゆ ⇒ 軟飯 スティック野菜 みそ汁 柿	全がゆ ⇒ 軟飯 スティック野菜 みそ汁 柿	ココロトースト (パンがゆ) ポテトポターージュ りんご 食パン ジャガイモ 人参 クリームコーン缶 白身魚 りんご	
30	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 大根 人参 玉ねぎ 豆腐 わかめ 麩 みかん	全がゆ 根菜そぼろ煮風 みそ汁 みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 根菜そぼろ煮風 みそ汁 みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 根菜そぼろ煮風 みそ汁 みかん	おじや 人参グラッセ りんごソテーきなこかけ 米 鶏肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 りんご きなこ	

※ 食材は加熱して殺菌 ... 基本のルール

赤ちゃんは細菌に対する抵抗力がとて弱いですし、離乳食はつぶしたり、刻んだりするので、細菌感染の機会もふえてしまいます。赤ちゃんに食べさせるものはすべて加熱すると安心ですね。豆腐などを湯通ししたり、作りおきて時間がたったおかずや、冷凍しておいた食材も、電子レンジで熱々に加熱しましょう。

※ 離乳食の進め方など気になることは、担任の先生へお気軽にお問合せください。





離乳食こんだて

社会福祉法人マリヤ福祉会
いちごえ保育園

【平成28年】

- ★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、個人差を考慮します。
- ★離乳の完了は1歳から1歳6ヶ月頃です。進み具合をみながら、幼児食へ移行していきます。



【NO1】 (作成者) 栄養士 野原正子

回数	1回食 (午前)				2回食 (午後)	
	5・6ヶ月頃 (開始後1ヶ月間)	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃	
月令	なめらかにすりつぶした状態 プレーンヨーグルト状(ごっくん)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)	
形態	なめらかにすりつぶした状態 プレーンヨーグルト状(ごっくん)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)	
固さ	なめらかにすりつぶした状態 プレーンヨーグルト状(ごっくん)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)	
16	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 白身魚のトマト煮 すまし汁 (主な材料) 米 白身魚 トマト 玉ねぎ 人参 そうめん みかん	全がゆ 魚と野菜のトマト煮 そうめん汁 みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のトマト煮 そうめん汁 みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のトマト煮 そうめん汁 みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 きゅうりのおかか煮 鶏ささみと人参のミルクスープ りんご 米 きゅうり 鶏ささみ 人参 玉ねぎ ミルク りんご	
17	おべんとう会					
18	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 根菜ペースト すまし汁 (主な材料) 米 鶏ささみ 人参 ジャガイモ GP 大根 りんご	全がゆ 鶏ささみと野菜の煮物 おろし大根スープ りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏ささみと野菜の煮物 おろし大根スープ りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏ささみと野菜の煮物 おろし大根スープ りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 きなこがゆ 根菜そぼろ煮風 みそ汁 みかん 米 きなこ 大根 人参 玉ねぎ 鶏ささみ 麩 みかん	
19	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 人参 ジャガイモ GP ツナ缶 ゆし豆腐 みかん	おじや ゆし豆腐 みかん	おじや ゆし豆腐 みかん	おじや ゆし豆腐 みかん		
21	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 魚と人参のすり流し すまし汁 (主な材料) 米 白身魚 枝豆 人参 わかめ 麩 梨	全がゆ 魚と人参のトマト風味 みそ汁 梨	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と人参のトマト風味 みそ汁 梨	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と人参のトマト風味 みそ汁 梨	全がゆ ⇒ 軟飯 あけぼの豆腐 さつま汁 りんご 米 豆腐 人参 玉ねぎ さつま汁 りんご	
22	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ かぼちゃペースト すまし汁 (主な材料) 米 かぼちゃ 玉ねぎ 鶏ささみ 大根 わかめ みかん	全がゆ かぼちゃのそぼろ煮風 みそ汁 みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃのそぼろ煮風 みそ汁 みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃのそぼろ煮風 みそ汁 みかん	ココロトースト 魚と野菜のスープ バナナ 食パン ミルク 白身魚 玉ねぎ レタス トマト バナナ	
24	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 野菜ペースト すまし汁 (主な材料) 米 ジャガイモ 人参 玉ねぎ トマト 鶏ささみ コーン缶 柿	全がゆ ポテトそぼろ煮風 コーンスープ 柿	全がゆ ⇒ 軟飯 ポテトそぼろ煮風 コーンスープ 柿	全がゆ ⇒ 軟飯 ポテトそぼろ煮風 コーンスープ 柿	みそおじや (豆腐入り) 人参のミルクスープ りんご 米 玉ねぎ きゅうり 豆腐 人参 ジャガイモ ツナ缶 りんご	
25	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 二色ペースト すまし汁 (主な材料) 米 ジャガイモ 玉ねぎ ほうれん草 白身魚 あおさ りんご	全がゆ ポテトのみどり煮 白身魚とあおさの汁 りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 ポテトのみどり煮 白身魚とあおさの汁 りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 ポテトのみどり煮 白身魚とあおさの汁 りんご	鶏がゆ ポテトおやき みそ汁 みかん 米 鶏ささみ ジャガイモ ほうれん草 ツナ缶 人参 みかん	
26	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 絹ごし豆腐のすり流し すまし汁 (主な材料) 米 絹ごし豆腐 玉ねぎ 人参 白菜 わかめ みかん	全がゆ 炒り豆腐 みそ汁 みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 炒り豆腐 みそ汁 みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 炒り豆腐 みそ汁 みかん	おじや 魚スープ りんご 米 白菜 玉ねぎ 人参 ジャガイモ 白身魚 りんご	
28	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 白身魚のすり流し すまし汁 (主な材料) 米 白身魚 人参 玉ねぎ ブロッコリー そうめん 梨	全がゆ 魚と野菜のスープ煮 そうめん汁 梨	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のスープ煮 そうめん汁 梨	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のスープ煮 そうめん汁 梨	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐のみどり煮 みそ汁 りんご 米 豆腐 ブロッコリー 玉ねぎ 人参 わかめ 麩 りんご	
29	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 根菜ペースト すまし汁 (主な材料) 米 鶏肉 白菜 ジャガイモ 人参 わかめ 麩 柿	鶏がゆ スティック野菜 みそ汁 柿	鶏がゆ ⇒ 軟飯 スティック野菜 みそ汁 柿	鶏がゆ ⇒ 軟飯 スティック野菜 みそ汁 柿	ココロトースト (パンがゆ) ポテトポターージュ りんご 食パン ジャガイモ 人参 クリームコーン缶 白身魚 りんご	
30	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 豆腐 人参 玉ねぎ きゅうり わかめ 大根 みかん	全がゆ 人参ペースト すまし汁 みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 人参ペースト すまし汁 みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 人参ペースト すまし汁 みかん	おじや 人参グラッセ りんごソテーきなこかけ 米 鶏肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 りんご きなこ	



【NO2】 離乳食こんだて (平成28年 11月)

回数	1回食 (午前)			2回食 (午後)	
	5・6ヶ月頃 (開始後1ヶ月間)	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃
月令	なめらかにすりつぶした状態 プレーンヨーグルト状(ごっくん)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)
形態	なめらかにすりつぶした状態 プレーンヨーグルト状(ごっくん)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)
固さ	なめらかにすりつぶした状態 プレーンヨーグルト状(ごっくん)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)
16	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 白身魚のトマト煮 すまし汁 (主な材料) 米 白身魚 トマト 玉ねぎ 人参 そうめん みかん	全がゆ 魚と野菜のトマト煮 そうめん汁 みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のトマト煮 そうめん汁 みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 きゅうりのおかか煮 鶏ささみと人参のミルクスープ りんご 米 きゅうり 鶏ささみ 人参 玉ねぎ ミルク りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 きゅうりのおかか煮 鶏ささみと人参のミルクスープ りんご 米 きゅうり 鶏ささみ 人参 玉ねぎ ミルク りんご
17	おべんとう会				
18	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 根菜ペースト すまし汁 (主な材料) 米 鶏ささみ 人参 ジャガイモ GP 大根 りんご	全がゆ 鶏ささみと野菜の煮物 おろし大根スープ りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏ささみと野菜の煮物 おろし大根スープ りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 きなこがゆ 根菜そぼろ煮風 みそ汁 みかん 米 きなこ 大根 人参 玉ねぎ 鶏ささみ 麩 みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 きなこがゆ 根菜そぼろ煮風 みそ汁 みかん 米 きなこ 大根 人参 玉ねぎ 鶏ささみ 麩 みかん
19	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 人参 ジャガイモ GP ツナ缶 ゆし豆腐 みかん	おじや ゆし豆腐 みかん	おじや ゆし豆腐 みかん	おじや ゆし豆腐 みかん	
21	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 魚と人参のすり流し すまし汁 (主な材料) 米 白身魚 枝豆 人参 わかめ 麩 梨	全がゆ 魚と人参のトマト風味 みそ汁 梨	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と人参のトマト風味 みそ汁 梨	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と人参のトマト風味 みそ汁 梨	全がゆ ⇒ 軟飯 あけぼの豆腐 さつま汁 りんご 米 豆腐 人参 玉ねぎ さつま汁 りんご
22	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ かぼちゃペースト すまし汁 (主な材料) 米 かぼちゃ 玉ねぎ 鶏ささみ 大根 わかめ みかん	全がゆ かぼちゃのそぼろ煮風 みそ汁 みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃのそぼろ煮風 みそ汁 みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃのそぼろ煮風 みそ汁 みかん	ココロトースト 魚と野菜のスープ バナナ 食パン ミルク 白身魚 玉ねぎ レタス トマト バナナ
24	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 野菜ペースト すまし汁 (主な材料) 米 ジャガイモ 人参 玉ねぎ トマト 鶏ささみ コーン缶 柿	全がゆ ポテトそぼろ煮風 コーンスープ 柿	全がゆ ⇒ 軟飯 ポテトそぼろ煮風 コーンスープ 柿	全がゆ ⇒ 軟飯 ポテトそぼろ煮風 コーンスープ 柿	みそおじや (豆腐入り) 人参のミルクスープ りんご 米 玉ねぎ きゅうり 豆腐 人参 ジャガイモ ツナ缶 りんご
25	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 二色ペースト すまし汁 (主な材料) 米 ジャガイモ 玉ねぎ ほうれん草 白身魚 あおさ りんご	全がゆ ポテトのみどり煮 白身魚とあおさの汁 りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 ポテトのみどり煮 白身魚とあおさの汁 りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 ポテトのみどり煮 白身魚とあおさの汁 りんご	鶏がゆ ポテトおやき みそ汁 みかん 米 鶏ささみ ジャガイモ ほうれん草 ツナ缶 人参 みかん
26	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 絹ごし豆腐のすり流し すまし汁 (主な材料) 米 絹ごし豆腐 玉ねぎ 人参 白菜 わかめ みかん	全がゆ 炒り豆腐 みそ汁 みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 炒り豆腐 みそ汁 みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 炒り豆腐 みそ汁 みかん	おじや 魚スープ りんご 米 白菜 玉ねぎ 人参 ジャガイモ 白身魚 りんご
28	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 白身魚のすり流し すまし汁 (主な材料) 米 白身魚 人参 玉ねぎ ブロッコリー そうめん 梨	全がゆ 魚と野菜のスープ煮 そうめん汁 梨	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のスープ煮 そうめん汁 梨	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のスープ煮 そうめん汁 梨	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐のみどり煮 みそ汁 りんご 米 豆腐 ブロッコリー 玉ねぎ 人参 わかめ 麩 りんご
29	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 根菜ペースト すまし汁 (主な材料) 米 鶏肉 白菜 ジャガイモ 人参 わかめ 麩 柿	鶏がゆ スティック野菜 みそ汁 柿	鶏がゆ ⇒ 軟飯 スティック野菜 みそ汁 柿	鶏がゆ ⇒ 軟飯 スティック野菜 みそ汁 柿	ココロトースト (パンがゆ) ポテトポターージュ りんご 食パン ジャガイモ 人参 クリームコーン缶 白身魚 りんご
30	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 豆腐 人参 玉ねぎ きゅうり わかめ 大根 みかん	全がゆ 人参ペースト すまし汁 みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 人参ペースト すまし汁 みかん	全がゆ ⇒ 軟飯 人参ペースト すまし汁 みかん	おじや 人参グラッセ りんごソテーきなこかけ 米 鶏肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 りんご きなこ

※ 食材は加熱して殺菌 ... 基本のルール

赤ちゃんは細菌に対する抵抗力がとて弱いですし、離乳食はつぶしたり、刻んだりするので、細菌感染の機会もふえてしまいます。赤ちゃんに食べさせるものはすべて加熱すると安心ですね。豆腐などを湯通ししたり、作りおきて時間がたったおかずや、冷凍しておいた食材も、電子レンジで熱々に加熱しましょう。

※ 離乳食の進め方など気になることは、担任の先生へお気軽にお問合せください。

