

離乳食進行表

施設名(ステラ)

月齢	1~4ヶ月	5ヶ月	6ヶ月	7ヶ月	8ヶ月	9ヶ月	10ヶ月	11~12ヶ月	12~15ヶ月~	
	授乳期	離乳初期		離乳中期		離乳後期			完了期	
特徴	舌飲み期	口唇食べ期	口唇食べ期	舌食べ期	舌食べ期	歯茎食べ期	歯茎食べ期	歯茎食べ期	歯食べ期	
口唇の動き	哺乳反射	口唇を閉じて飲み込む		口唇を閉じて顎の上下運動		口唇を閉じて咀嚼運動			咀嚼運動の完成	
舌顎の動き	舌の前後運動	舌の前後運動		舌の上下運動		舌の左右運動				
食事の進行		自宅が始める		午前おやつは家庭との進め方により提供していく(個人差あり)						
1日の回数		1回	1回	2回(園で1回+家庭で1回)		3回(園で1回+家庭で2回)		3回(園で1回+家庭で2回)		
形態		ドロドロ状	ジャム状	舌でつぶせる固さ			歯茎でつぶせる固さ		歯でかめ、歯茎でつぶせる固さ	
午前おやつ 9:30より		母乳又はミルク200ml	母乳又はミルク200ml	母乳又はミルク200ml	母乳又はミルク200ml	母乳又はミルク200ml	母乳又はミルク200ml	母乳又はミルク200ml	9:30 午前おやつ	
		9:30おやつなし			9:30おやつあり					
11:00		母乳又はミルク 200ml	母乳又はミルク 200ml	離乳食(7倍粥+主菜+副菜) 母乳又はミルク 100~150ml	離乳食(5倍粥+主菜+副菜) 母乳又はミルク 100~150ml	離乳食(3倍粥+主菜+副菜) 母乳又はミルク 50~100ml	離乳食(全粥+主菜+副菜) 母乳又はミルク 50~100ml	幼児食(ご飯半量+主菜3/4+副菜) 牛乳又はミルク 50~100ml	11:00 昼食	
15:00		母乳又はミルク 200ml	母乳又はミルク 200ml	母乳又はミルク 200ml 午後おやつ	母乳又はミルク 200ml 午後おやつ	母乳又はミルク 50~100ml 午後おやつ	母乳又はミルク 50~100ml 午後おやつ	母乳又はミルク 50~100ml 午後おやつ	15:00 午後おやつ	
18:00			母乳又はミルク 200ml	捕食	捕食	捕食	捕食	捕食	18:00 捕食	
主な食品の特徴	牛乳						料理のみ加熱して使用	(12ヶ月以降)加熱して使用	加熱→そのまま	
	チーズ						料理のみ加熱して使用	料理のみ加熱して使用	そのまま10g	
	ヨーグルト							週に1~2回 50g	週に1~2回 50g	
	卵				卵黄1/3個	卵黄1/3個	卵黄1/3個~1/2個	全卵1/4~1/2個	全卵1/2個	
	魚			白身魚A°-スト10g~15g	ほぐし身 20g	ほぐし身 30g	焼く・煮る30g	焼く・煮る30g	焼く・煮る30g	
	肉						鶏挽肉10~15g	挽肉で20~30g	挽肉で20~30g	
	豆・豆製品			豆腐10~20g	豆腐10~20g	豆腐40g	豆腐40g	豆腐40g	豆腐40gや納豆・豆	
	緑黄色野菜	・1~2週目は具のない野菜A°-を1さじから	・A°-スト状のものを10~20g	・汁の具として20gくらい ・芋・根菜 つぶれる堅さや	・汁の具として20gくらい ・つぶれる程度に調理して	・汁の具として20gくらい ・つぶれる程度に調理して	・汁の具として20gくらい ・つぶれる程度に調理して	・汁の具として20gくらい ・歯茎で噛み砕ける大きさ・	・汁の具として30gくらい ・おかずとして1回60~70g	・汁の具として30gくらい ・おかずとして1回60~70g
	淡色野菜	・4週目から野菜A°-スト		・らか煮 ・葉菜はみじん切煮浸し	1日一品30~40g ・葉菜は粗みじん切煮浸し	1日一品30~40g ・葉菜は粗みじん切煮浸し	1日一品30~40g ・葉菜は粗みじん切煮浸し	軟らかさの調理した物40g ・葉菜は粗みじん切煮浸し	1日200~250g	1日200~250g
	いも類									
	果物類	果汁として15g(薄めて)	果汁として15g(薄めて)	すりおろし15g	すりつぶし15g	1日おきに30g	1日おきに30g	1日おきに30g	1日に30g	40~50g
	海藻類					わかめなど	わかめ・ひじきなど	わかめ・ひじきなど	わかめ・ひじき・昆布など	
穀類	・2週目からおもゆ大きさ1から ・3週目から粒入りおもゆ ・4週目から10倍粥	10倍粥30~50g	7倍粥50g~70g 柔らかうどん やわらかA°ゲティ-	5倍粥50~70g 柔らかうどん やわらかA°ゲティ-	3倍粥80g~全粥50g 煮込みうどん やわらかA°ゲティ-	全粥50g~軟飯70g 煮込みうどん やわらかA°ゲティ-	軟飯60g~80g 煮込みうどん やわらかA°ゲティ-	軟飯60g~80g 煮込みうどん やわらかA°ゲティ-	軟飯60g~80g うどん・中華麺 A°ゲティ- 食パン30g・A°-L°ソ30g	
油脂				バター・サラダ油1~2g	バター・サラダ油3~4g	バター・サラダ油3~4g	バター・サラダ油3~4g	バター・サラダ油3~4g	バター・サラダ油4g	
調味料	昆布だし	昆布だし・塩	昆布だし・かつおだし・クチャツツ 塩・醤油・みりん・砂糖・味噌 ソース	昆布だし・かつおだし・クチャツツ 塩・醤油・みりん・砂糖・味噌 ソース	昆布だし・かつおだし・クチャツツ 塩・醤油・みりん・砂糖・味噌 ソース・酢	昆布だし・かつおだし・クチャツツ 塩・醤油・みりん・砂糖・味噌 ソース・酢	昆布だし・かつおだし・クチャツツ 塩・醤油・みりん・砂糖・味噌 ソース・酢	昆布だし・かつおだし・クチャツツ 塩・醤油・みりん・砂糖・味噌 ソース・酢・マヨネーズ	昆布だし・かつおだし・クチャツツ 塩・醤油・みりん・砂糖・味噌 ソース・酢・マヨネーズ・料理酒・加-粉	