








# 固さ・大きさのめやす

	離乳前期 (5~6か月頃)	離乳中期 (7~8か月頃)	離乳後期 (9~11か月頃)	離乳完了期 (12~18か月頃)
	なめらかにすりつぶした状態(ポタージュ状)	舌でつぶせる固さ(豆腐くらい)	歯茎でつぶせる固さ(バナナくらい)	歯茎でかめる固さ(肉団子くらい)
おかゆ				
じゃがいも				
にんじん				
かぼちゃ				
ほうれん草				
豆腐				
白身魚				