



離乳食試食会

離乳食を始めるタイミングは?... 離乳食がなかなか進まない...
食べる量や大きさ、硬さはどれくらい?...
離乳食を進めていくうえで心配なことがたくさんありますよね。
実際に離乳食をお子様と一緒に食べながら専門家の話を聞いてみませんか。

次のページの献立で未食やアレルギーをご確認いただいたうえでご参加ください。

5月10日(土)

時間: 10時30分～(1時間程度)

受付時間: 10時20分～

対象者: 離乳食を召し上がるお子様と保護者2人まで

※在園児(0歳児クラス)親子との合同試食会となります。

※ごきょうだいを連れてのご参加はご遠慮願います。

場所: ベネッセ練馬えこだ保育園キンダー室

※駐車場のご用意はありません。

持ち物: お子様のエフロン・口拭きタオル

※ミルク提供がないため必要な方はご持参ください。

お電話にてお申し込みください

03-5983-7855

締め切り: 5月2日(金) 受付時間平日9時～17時

(担当: 薮島・宮坂)

(定員になり次第締め切らせていただきます)

本日の献立

☆5～6か月（初期）

- ・粥（10～7倍粥）
- ・じゃがいものペースト
- ・にんじんのペースト
- ・小松菜のスープ

＜初期食に入っている食材＞

- ☐精白米 ☐じゃがいも ☐野菜ゆで汁
- ☐にんじん ☐こまつな ☐玉ねぎ

☆7～8か月（中期）

- ・粥（7～5倍粥）
- ・肉じゃが
- ・小松菜の煮浸し
- ・豆腐のスープ

＜中期食に入っている食材＞

- ☐精白米 ☐鶏ささみ（ひき肉）
- ☐じゃがいも ☐にんじん ☐たまねぎ
- ☐かつお・昆布だし汁 ☐片栗粉【とろみ】
- ☐こまつな ☐木綿豆腐

☆9～11か月（後期）

- ・粥（5倍粥～軟飯）
- ・肉じゃが
- ・小松菜とえのきの海苔煮
- ・豆腐とねぎの味噌汁

＜後期食に入っている食材＞

- ☐精白米 ☐豚肉（ロース）【刻む】
- ☐じゃがいも ☐にんじん ☐たまねぎ
- ☐しょうゆ ☐砂糖 ☐油
- ☐かつお・昆布だし汁 ☐こまつな
- ☐えのきたけ ☐焼きのり ☐木綿豆腐
- ☐万能ねぎ ☐米みそ（淡色辛みそ）

☆12～18か月（完了）

- ・ご飯
- ・肉じゃが
- ・小松菜とえのきの海苔和え
- ・豆腐とねぎの味噌汁
- ・りんご

＜完了食に入っている食材＞

- ☐精白米 ☐豚肉（ロース） ☐じゃがいも
- ☐にんじん ☐たまねぎ ☐しょうゆ
- ☐砂糖 ☐油 ☐かつお・昆布だし汁
- ☐こまつな ☐えのきたけ ☐焼きのり
- ☐木綿豆腐 ☐万能ねぎ ☐米みそ（淡色辛みそ） ☐りんご

◎保護者の方には全ての段階を、お子様には現段階を提供させていただきます。

◎お子様が食べる期の食材をご家庭で2回以上お試しいただくようお願いいたします。

◎地域からご参加の方は、お子様の喫食状況をお電話にて確認させていただきます。