



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11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: お子様のエプロン・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9日(木)

(定員になり次第締め切らせていただきます)



☆5～6か月（初期）

- ・粥（10～7倍粥）
精白米
- ・じゃがいものペースト
じゃがいも
野菜ゆで汁
- ・にんじんのペースト
にんじん
野菜ゆで汁
- ・小松菜のスープ
こまつな
玉ねぎ
野菜ゆで汁

☆7～8か月（中期）

- ・粥（7～5倍粥）
精白米
- ・肉じゃが
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】
- ・小松菜の煮浸し
こまつな
にんじん
かつお・昆布だし汁
- ・豆腐のスープ
木綿豆腐
かつお・昆布だし汁

☆9～11か月（後期）

- ・粥（5倍粥～軟飯）
精白米
- ・肉じゃが
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
- ・小松菜とえのきの海苔煮
こまつな
にんじん
えのきたけ
しょうゆ
焼きのり
かつお・昆布だし汁
- ・豆腐とねぎの味噌汁
木綿豆腐
万能ねぎ
米みそ（淡色辛みそ）
かつお・昆布だし汁

☆12～18か月（完了）

- | | |
|--|---|
| ・ご飯
精白米 | ・小松菜とえのきの
海苔和え |
| ・肉じゃが
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 | こまつな
にんじん
えのきたけ
しょうゆ
焼きのり |
| | ・豆腐とねぎの味噌汁
木綿豆腐
万能ねぎ
米みそ（淡色辛みそ）
かつお・昆布だし汁 |
| | ・りんご |