



# 固さ・大きさの目安

※食べられる固さや大きさには個人差があります。赤ちゃんの発育に合わせて進めましょう。

	離乳初期 生後 5~6 か月頃	離乳中期 生後 7~8 か月頃	離乳後期 生後 9~11 か月頃	離乳完了期 生後 12~18 か月頃
固さの目安	なめらかにすりつぶす ヨーグルトくらい	舌でつぶせる 豆腐くらい	歯ぐきでつぶせる バナナくらい	歯ぐきで噛める 肉団子くらい
 ごはん				
 かぼちゃ				
 にんじん	 すりおろし又はすりつぶし	 あらつぶし	 5~8mm角ぐらい	 1cm角ぐらい
 さかな	 すりつぶし	 ほぐし	 あらほぐし	 適当な大きさに
 とろろ	 すりつぶし	 あらつぶし	 1.5cm角ぐらい	 適当な大きさに