

離乳初期（5～6か月）

- 10倍がゆを小さじ1から始めた
- 初めての野菜（にんじん・かぼちゃなど）を試した
- スプーンで食べることに慣れてきた

離乳中期（7～8か月）

- 2回食に増やした
- タンパク質（鶏ささみ・しらすなど）を試した
- 7倍がゆに進めた

離乳後期（9～11か月）

- 3回食に増やした
- 手づかみ食べを始めた
- バナナくらいの固さの食材を食べられるようになった

離乳完了期（12～18か月）

- 家族と同じ食事を取り分けられるようになった
- 塩分や調味料の量を調整しながら食事を進めている
- 食事の時間が安定している