

ニコニコルーム

☆6月27日に地域の方に向けて離乳食講習会を行いました☆

調理師が魚(白身魚)を離乳食の形態に合わせて実演調理を行い、参加された皆さんに見てもらい、試食もしていただきました。調理のポイントをお伝えしたり、参加者の方からのご質問にもお答えしながら保育園で提供している離乳食の紹介ができました。



初期① 生後5か月頃

10倍粥・やさいペースト・白身魚(とろみつき)



初期② 生後6か月頃

10倍粥・かぼちゃと人参のスープ煮・煮魚(すりつぶす)



中期 生後7～8か月頃

7倍粥・かぼちゃと人参のスープ煮・煮魚(ほぐす)



後期 生後9～11か月頃

硬粥(全粥)・かぼちゃと玉ねぎの味噌汁・白身魚の衣焼き香味ソース・ひじきと野菜の炒め煮



完了期 生後12～15か月頃

軟飯・かぼちゃと玉ねぎの味噌汁・白身魚の衣焼き香味ソース・ひじきと野菜の炒め煮・果物



乳児期 生後16か月～2歳頃

ご飯・かぼちゃと玉ねぎの味噌汁・白身魚の衣焼き香味ソース・ひじきと野菜の炒め煮・果物