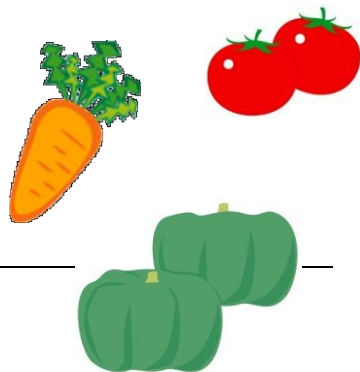


# 離乳食の進め方の目安

● = 小さじ1 (5ml)

日数	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
ごはん	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
野菜								●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
たんぱく質															●	●	●	●	●	●	●



1日1さじから  
ゆっくりね!

初めての食品は、離乳食用のサジ1杯 (2ml) から始めましょう。