

離乳食提供（保育所での対応）

園では幼児食献立から展開させて離乳食を提供しています。

月齢で進めるのではなく、子どもの様子や食べる具合をよく観察しながら、少しずつ形態を大きくしていきます。

【幼児食献立：鮭の塩焼き 三色お浸し 里芋のみそ汁】



7～8か月頃

献立：七分かゆ～全がゆ ゆで鮭 野菜スープ

固さの目安：舌でつぶせる固さ（豆腐程度）

大きさと形状の目安：2～3mm角のやわらか煮や、粗つぶし



9～11 か月頃

献立：全がゆ～軟飯 鮭の塩焼き 三色お浸し

里芋のみそ汁

固さの目安：歯ぐきでつぶせる固さ（完熟バナナ程度）

大きさと形状の目安：5～8mm角のやわらか煮

繊維のある葉ものの野菜は小さく切る



12～18 か月頃

献立：軟飯～ご飯 鮭の塩焼き 三色お浸し

里芋のみそ汁

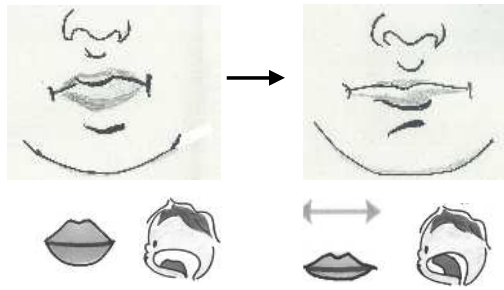
固さの目安：歯ぐきでかめる固さ

大きさと形状の目安：1～1.5 cm角のやわらか煮

参考文献

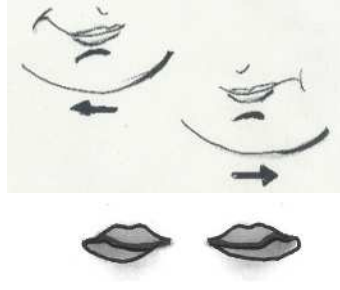
- ・児童福祉施設等における食事の提供ガイド（令和7年9月）【出典】「幼児期の健やかな発育のための栄養・食生活支援ガイド（令和4年3月）」監修・編著者：厚生労働科学研究費補助金（成育疾患克服等次世代育成基盤研究事業）「幼児期の健やかな発育のための栄養・食生活支援にむけた効果的な展開のための研究」
- ・赤ちゃんのしおり（2024.4）長野市保健所健康課

7～8か月頃



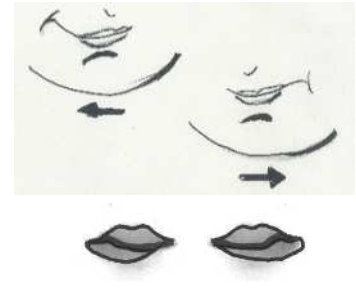
- 上下の唇がしっかり閉じる。
- 舌は前後に加え、上下にも動くようになる。
- 口角が左右同時に伸び縮みする。

9～11か月頃



- 口唇が左右交互に伸びるようになる。
- 舌は前後、上下、左右に動くようになる。
- 口角は食べ物をかんでいる側が縮む。

12～18か月頃



- 舌は自由自在に動かせるようになる。
- 歯が生える従って、形のある食べ物をかみつぶすことができるようになる。



7分がゆ～全がゆ
50g～80g 程度

全がゆ 90g～
軟飯 80g 程度

軟飯 80g～
ご飯 80g 程度



ゆで鮭 10g～15g 程度

鮭の塩焼き 15g 程度
三色お浸し 15g 程度

鮭の塩焼き 20g 程度
三色お浸し 20g 程度



野菜スープ
20g～25g 程度

里芋のみそ汁
25g 程度

里芋のみそ汁
30g 程度