

マタニティハウスにじいろのおうち

令和3年3月26日

離乳食中期から後期にかけてはどのようなものをあげたらいいの？

「こどもむら」の管理栄養士、久保田さんに教えてもらいました。

にんじん、ジャガイモはよく煮えたら裏ごしにかける。ほうれん草は葉の部分だけを使う。
しらす干しはゆでてすりつぶします。

どんなものでも、最初は口当たりが悪いので、赤ちゃんが嫌がるかもしれないので水溶き片栗粉を入れて、ゴックンしやすいようにするといいですよ！

この日はパパも参加してくれました。

みんなメモを取りながら、出てくる疑問を栄養士さんに質問していました。

アレルギーになりやすい食べ物の事や、果物はいつごろからか？

パンはどのくらいからあげても大丈夫か？

身近な問題に食い入る妊婦さんたちでした。

