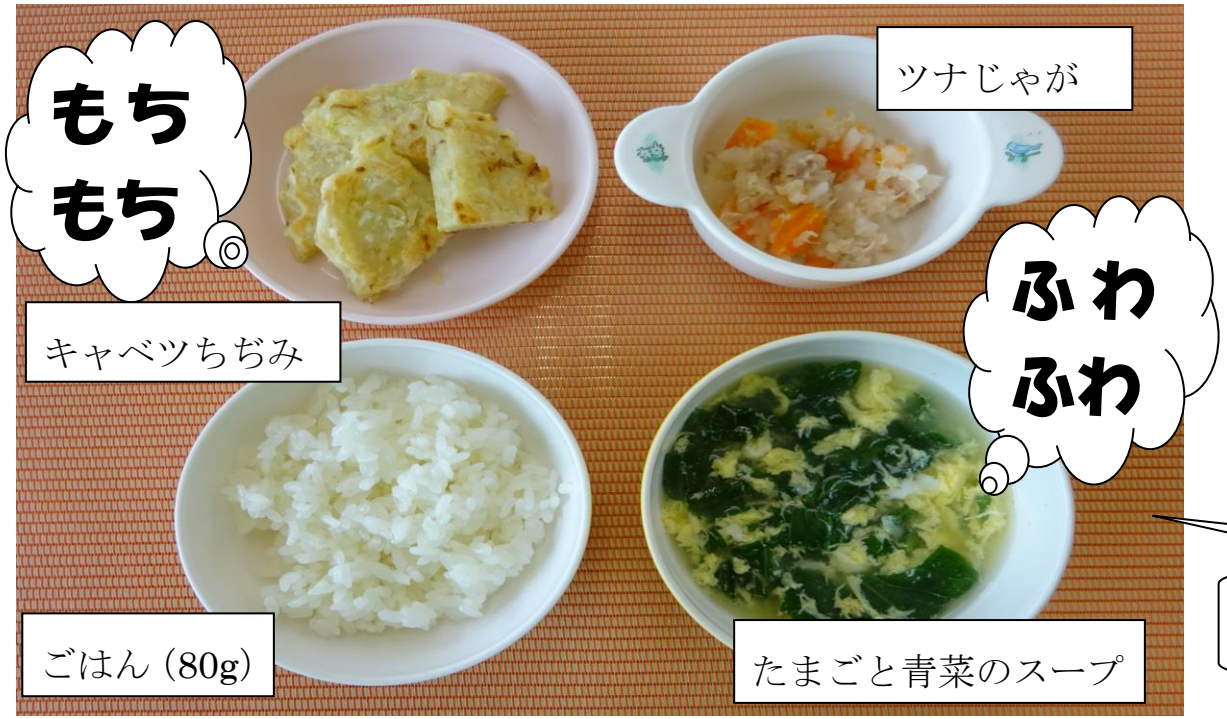
12～18か月頃　ぱくぱく期

目標：食材の種類や調理法の幅を広げ、いろんなものをバランスよく食べさせてあげましょう！



（かたさの目安）

肉団子くらいのかたさのもの、歯ぐきでつぶせるかたさ

いろんな食感を経験させましょう！

手づかみ食べを積極的に取り入れましょう！

手づかみ食べをたっぷり経験させることで、だんだんと自分のひと口の量も覚え、スプーンも上手に使えるように!!