

# お粥のやわらかさの目安

初期：5～6 か月 10倍がゆ



ポタージュ状



少しつぶつぶ



つぶつぶ

最初は米粒がなくなるくらい、なめらかにすりつぶします。慣れてきたころに、粒を粗くし、米粒が見えるくらいにしていきます。



赤ちゃんのペースを大切に  
途中で前の形態に戻しても大丈夫😊

中期：7～8 か月

7倍がゆ



舌と上あごでおかゆをつぶせるくらいのやわらかさが目安です。スプーンを傾けてポタッと落ちる程度の形です。