



もぐもぐ ポケット

効果的に使おう!!

ベビーフードについて!

ベビーフードは栄養素に偏りがなく、衛生的という良さがあります。最近は添付物が使われていないものも増えてきていますので、子育てに疲れた時や外出した時などには効果的に活用していきましょう。

アンケート

ベビーフードをどのくらい使ってる?

6% 毎日

57% 外出時

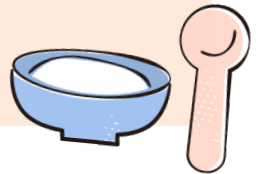
37% 時々



アンケート

ベビーフードってどんな味? (試食した保護者の感想)

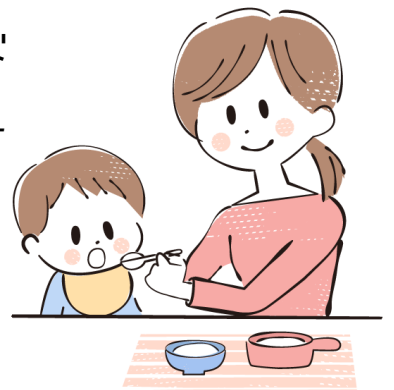
- ・薄味(家庭の味は濃いかも)
- ・濃味(家庭の味は薄いかも)
- ・柔らかい(ベタベタ)
- ・栄養が摂れる
- ・添加物が気になる(賞味期限が長いものもある)
- ・独特の匂いがある
- ・似たような味が多い
- ・美味しくない
- ・安心



ベビーフードを

よく知って、効果的に使いましょう!

ベビーフードを使う際は、ベビーフードそのものが柔らかいので、少し歯ごたえのあるものなどを添えてあげましょう。また必ず味見して、足りない味のものも足して品数を増やしてあげると栄養価も高く完璧な食事になりますよ。



もぐもぐ ポケット

1歳以前に食べてはいけないもの! アレルギーに気を付けるもの!



はちみつ



はちみつにはボツリヌス菌が含まれている場合があります。消化器官が未熟な赤ちゃんは腸からボツリヌス菌を吸収してしまい、食中毒を起こす恐れがあります。

肉類



肉類は0-157やサルモネラ菌などの心配があるので、子どもには生や半生の状態では絶対に与えないで下さい。

エビ・カニ・イカ



消化が悪く、アレルギーを起こしやすい食品なので、よく加熱して幼児食期以降に与えます。イカは完全に奥歯が生えて、しっかり咀嚼(そしゃく)できるようになってから与えましょう。

牛乳



初期は、牛乳を直接与えるのではなく、粉ミルクをといてミルクがゆやミルク煮に。アレルギーがないのを確認してから中期以降に加熱して離乳食に使います。**※園の給食では後期以降に使用**

全卵



アレルギーの心配がなければ、よく加熱した卵黄を5~6ヶ月頃から少しずつ与えます。全卵は7~8カ月頃から1/3の量を与えるようにしましょう。

大豆



大豆は消化が悪く、そのままの大きさを食べさせると誤嚥の危険があります。中期から薄皮を取ってすり潰して与えます。豆腐は火を通して初期から可能です。

※他にも、蕎麦、ピーナッツ、刺身、貝類、ごまなど

1歳まで与えてはいけない食材は多数あります。十分に気を付けましょう。