

7～8か月頃（中期・もぐもぐ期）

かたさ：豆腐くらいのかたさ

食事の回数：2回食

量：おかゆとおかずを合わせて子ども茶碗一杯分



野菜や豆腐、白身魚などをかたまりがないようにつぶし、白湯少々でのぼす。

（舌と上あごでつぶす練習，舌は上下にも動くようになる）