

# 12～18か月頃（完了期：パクパク期）

**かたさ：肉団子くらいのかたさ**

**食事の回数：3回食**

**量：おかゆとおかず合わせて子ども茶碗三杯分**



軟飯



野菜や豆腐、魚や肉  
(脂身の少ないもの)  
を小さな角切りか、  
スティック状に切る。

**（歯ぐきで噛む練習，舌は自由に動くようになる）**