

# Contents

# はじめての 離乳食

完全ガイド

なにを? いつ? どのくらい?

## 06 離乳食のきほん

# グッズ辛口採点簿

60

水に溶かさずに使えとろみ粉は離乳初期に必須

⑨ とろみのもと

62

使いやすさ・味・産地が評価の分かれ目に

⑩ 麦茶

64

カチカチになった離乳食がスルリと取れるのがイイ!

⑪ 作りおきグッズ

66

洗にくい形やヘラタイプは使わなくなりそう

⑫ ノードルカッター



Column

44

先輩ママも  
悩んだ! 失敗した!!

今だから言える!

どっちがお得? どっちが便利?

68

## パルシステムと

## コープデリどっちがいいの?



76

専用グッズだけじゃない!

離乳食作りに役立つ、調理グッズを大公開!

もっとラクチン!  
時短が叶う!

## お助けキッチンツール





簡単レシピ満載!

巻頭特集

離乳食作りの豆知識を集めました!

# 離乳食のベストアイデア 10



大特集 12大ジャンル!

24

# 離乳食 便利

26

赤ちゃんの食べたい意欲を刺激し、使いやすい条件は?

① 食器

30

日本のメーカーからSNSで話題の海外製まで検証!

② スプーン・フォーク

34

赤ちゃんブランドから人気アイテムまで18製品!

③ お食事エプロン

38

携帯性やコンパクトさも重視したい!

④ ベビーマグ

40

衛生面を考えると洗いやすさが重要!

⑤ 調理セット

48

分量が多いと食べきれずもったいない!

⑥ おかゆ

52

離乳初期に活躍する3種類の食材をチェック!

⑦ 野菜ペースト

56

離乳食向けはもちろん、市販のだしパックも比較!

⑧ だし・スープ

毎日のおかずに使えるママの味方です!

# 冷凍野菜51製品 90

## 実食テスト



Baby Food Perfect Guide

はじめにお読みください

この本は弊社刊行の「ベビー用品完全ガイド」ならびに月刊誌「LDK」の内容を再編集したものが含まれております。掲載商品に関しては、基本的に編集部で購入時の価格(税込)となります。また掲載内容は2022年3月現在のものです。すでに販売していない場合や仕様・デザインの変更、実勢価格、各種情報などが異なる場合がございますので、あらかじめご了承ください。