

# 0 歳児生活リズム票

1 日の生活リズム	M (ミルク)	J (果汁)	T (茶)	F (離乳食)	K (おやつ)	B (入浴)	(睡眠)	○ (普通便)	△ (軟便)	下痢 (水様便)														
	(午前)						(午後)																	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
食 事	母乳	( ) 回/日																						
	ミルク	使用粉乳名( ) 使用乳首名( ) サイズ( ) 1回の粉ミルクの量 ( ) g × ( ) 杯 1日のミルクの量 ( ) cc × ( ) 回																						
	牛乳	( ) cc × ( )																						
	[離乳食]	( ) 回食																						
	主食	おもゆ・おかゆ・軟飯・ご飯・パン・うどん・( )																						
	副食	スープ	野菜スープ・他( )																					
		野菜・芋類	澱粉質の多いもの: じゃが芋・かぼちゃ・さつまいも・他( ) 緑黄色野菜: にんじん・三度豆・ほうれん草・( ) そのほかの野菜: たまねぎ・大根・白菜( )																					
		たんぱく質源食品	未 / 麩・豆腐・納豆・白身魚・ちりめんじゃこ・鶏レバー・卵黄・全卵・ささみ・牛レバー その他( )																					
	果物																							
	おやつ	牛乳・ヨーグルト・他( )																						
	その他	ベビーフード・他( )																						
	味付け	つけていない・つけている( )																						
	調理法	つぶす・刻む・他( )																						
	食事量	主食( ) さじ・子ども茶碗( )・副食( )																						
	食べ方	手づかみ・スプーン・他( )																						
姿勢	抱く・ベビーラック・椅子使用・他( )																							
コップの使用	飲めない・飲める・( )																							