

鶏のマーマレード焼き

→もも肉1枚の大きさなら、縦長に1.5 cm幅くらいに切るだけ

(動画リストの照り焼きチキンみたいな感じです)

→からあげサイズの大きさなら、切りません、かじらせてください

鯖の味噌漬け焼き、煮魚、鮭の柚庵焼き

→切り身そのまま、骨があるところだけ、お子さんに伝えて、取り方の見本を見せてください

ハンバーグ

→切りません、かぶりつきましょう

冷しゃぶ

→動画リストにあります、噛み切りやすい柔らかさに調理をして、切りません

ブロッコリー和え・かぼちゃ煮

→一般的なサイズでOKです、かじれるサイズにしておいてください

それ以外は普通でOKです！

レパートリーは十分あると思いますし、お子さんの食べられるものもたくさんあるので、あとは、おやつを整えて、咀嚼力をつけていけたら、食事時間は一気に短くなります。

まずはさりげなく、切らない、で出していきましょう。

切つてと要求されたら、そこはお手伝いしてもいいので、切らずにそのまま食べたものは大好きなものだと思いますから、それを中心にやりましょう。

案外、ママが切らないと食べれないと思い込んでいるだけかもしれませんよ(^^♪