

《給食食材確認事項》

【お名前： 】

離乳初期（5~6ヶ月頃）	
なめらかにすりつぶした状態(ポタージュ状→ヨーグルト状)	
穀類	10倍つぶし粥
いも類	じゃがいも さつまいも
野菜類	かぼちゃ にんじん だいこん キャベツ 玉ねぎ 白菜 なす(皮なし) ほうれん草 小松菜 チンゲン菜 ブロッコリー とまと トウガン※② かぶ
果物類	バナナ りんご みかん すいか※② めろん※② いちご※②
海藻類	昆布だし
卵類	育児用ミルク
豆類	絹豆腐
魚介類	【下記食材いずれか2回】 タイ カレイ (脂肪が少なく身が柔らかい白身魚) しらす干し (よく洗って塩分を除きすりつぶして加熱する)
肉類	
油脂類	
調味料	片栗粉(じゃがいも)

離乳中期（7～8ヵ月頃）	
舌でつぶせる固さ(豆腐くらい)	
穀類	7倍粥 うどん そうめん 食パン※① コーンフレーク(フレーン)
いも類	きゅうり おくら
野菜類	グレープフルーツ なし ちも※②
果物類	鶏卵(卵黄固ゆで) 牛乳 (加熱・調理使用のみ) ヨーグルト(無糖) 納豆 高野豆腐 大豆の水煮 きな粉 無調整豆乳(加熱) 鮭 ツナ缶(水煮) かつお出汁(花かつお) 煮干しだし
海藻類	【下記食材いずれか2回】 鶏ささみ 鶏むね 鶏もも
油脂類	
調味料	

離乳後期（9～11ヶ月頃）		
歯ぐきでつぶせる固さ（バナナくらい）		
穀類	5倍粥	卵（全卵加熱）
	スパゲッティ	
	マカロニ	
いも類	さといも	【下記食材いずれか2回】
	はるさめ	
野菜類	ピーマン	【下記食材いずれか2回】
	キノコ類	
	もやし	
	とうもろこし	
果物類	ピーマン	魚介類
	タラ	
	メルルーサ	
	アジ	
	イワシ	
	サンマ	
	サバ	
	ブリ	
	サワラ	
	豚もも	
海藻類	牛赤身肉	内類
果物類	ぶどう	油脂類
	かき	
	キウイ	
調味料	ひじき	調味料
	塩	
	砂糖	
	醤油	
その他	みそ	その他
	赤ちゃんせんべい	
	クラッカー	

離乳完了前期 (12~18ヵ月頃)				
歯ぐきで噛める固さ(肉団子くらい)				
穀類	軟飯	乳類	牛乳(非加熱)	
	普通飯		チーズ	
	中華麺		油揚げ・厚揚げ	
	麩		(油抜きして使用)	
野菜・果物類	長いも	魚介類	ちくわ	
	ねぎ		干しエビ	
	にら		(桜エビや出汁で可)	
	たけのこ(水煮)		【下記食材いずれか2回】	
	アスパラガス			
海藻類	レモン(果汁でも可)	肉類	ベーコン	
			ハム	
			ワインナー	
			バター	
			ゼラチン	
調味料	のり		中華だし	
	わかめ		料理酒	
	寒天		みりん	
			酢	
			コンソメ	
			ケチャップ	
離乳完了後期 (12~18ヵ月頃)				
幼児食を細かく刻んだ状態				
いも類・野菜類	板こんにゃく	乳類	生クリーム	
	しょうが			
	にんにく		揚げ物	
	ごぼう			
	れんこん			
果物類	レーズン	油脂類	ジャム (イチゴ・オレンジ)	
	ミカン缶		とんかつソース	
	パイン缶		マヨネーズ※③	
調味料		その他	カレールー※④	
			シチュールー※④	

離乳完了後期（12~18ヶ月頃）

《給食食材確認事項について》

- 当園では、これまでご家庭で食べたことがあるのを前提として、給食の提供を行います。
- 給食食材確認事項は、ご家庭で**2回以上食べた食品**にチェックを入れてください。
- **赤字の食材**は、特定アレルゲン物質および特定アレルゲンに準ずるものとなります。
ゴマや調味料を除き、できる限り**1回20g以上**を目安にお試しください。
- ご家庭で新しく試した食品が増えた際、その都度**保育士へお知らせください**。
- 調味料類は、提供時期に達した段階に味付けとして使用しております。
- 給食で使用しない食品もありますが、月齢ごとの食材の目安としてご活用ください。
- 網掛けされている食品は、原材料が同じものです。咀嚼の状況、発育や発達の状況を考慮し、記載しております。ご家庭でお試し頂く時の目安としてご活用ください。

※① パンはアレルギー予防の観点から、塩分の少ないシンプルな食パン（超熟）をお勧めしております。

※② 季節の食材は、その季節が来た時にお試しください。

※③ マヨネーズは卵が含まれていない「日清マヨドレ」を使用しております。

※④ ルウ類は、特定原材料が含まれていないものを使用しております。