

《給食食材確認事項》

【お名前： 】

離乳初期（5～6ヵ月頃）			
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	卵類	
		乳類	育児用ミルク
いも類	じゃがいも さつまいも	豆類	絹豆腐
野菜類	かぼちゃ	【下記食材いずれか2回】	
	にんじん		
	だいこん	魚介類	タイ
	キャベツ		カレイ
	玉ねぎ		(脂肪が少なく身が 柔らかい白身魚)
	白菜	肉類	しらす干し
	なす(皮なし)		(よく洗って塩分を除きすり つぶして加熱する)
	ほうれん草	油脂類	
	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	調味料	
	りんご		
	みかん		
	すいか※②		
	めろん※②		
海藻類	いちご※②		
	昆布だし		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	卵類	鶏卵(卵黄固ゆで)
	うどん	乳類	牛乳
	そうめん	(加熱・調理使用のみ)	
	食パン※①		ヨーグルト(無糖)
いも類	コーンフレーク(プレーン)	豆類	納豆
		魚介類	高野豆腐
野菜類			大豆の水煮
	きゅうり		きな粉
	おくら		無調整豆乳(加熱)
		肉類	鶏
			ツナ缶(水煮)
			かつお出汁(花かつお)
			煮干しだし
		油脂類	【下記食材いずれか2回】
			鶏ささみ
			鶏むね
			鶏もも
果物類	グレープフルーツ	調味料	
	なし		
	もも※②		
海藻類			

離乳後期（9～11ヵ月頃）			
歯ぐきでつぶせる固さ(バナナくらい)			
穀類	5倍粥	卵類	卵(全卵加熱)
	スパゲッティ	乳類	
	マカロニ	豆類	【下記食材いずれか2回】
いも類			さやいんげん
	さといも はるさめ		さやえんどう
野菜類			グリーンピース
		魚介類	おから
	ピーマン		【下記食材いずれか2回】
	キノコ類		タラ
	もやし		メルルーサ
	とうもろこし	肉類	アジ
			イワシ
			サンマ
			サバ
		油脂類	ブリ
			サワラ
			豚もも
			牛赤身肉
果物類	ぶどう	調味料	
	かき		サラダ油
	キウイ		ごま油
			ごま
海藻類		調味料	塩
			砂糖
			醤油
			みそ
	ひじき	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	豆類	油揚げ・厚揚げ
	麺	(油抜きして使用)	
野菜・果物類		ちくわ	
	長いも	魚介類	干しエビ
	ねぎ	(桜エビや出汁で可)	
	にら	【下記食材いずれか2回】	
	たけのこ(水煮)	肉類	ベーコン
	アスパラガス	ハム	
	レモン(果汁でも可)	ウインナー	
		バター	
		ゼラチン	
		中華だし	
海藻類	のり	調味料	料理酒
	わかめ	みりん	
	寒天	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	揚げ物	
	にんにく	油脂類	
	ごぼう		
	れんこん		
果物類		ジャム	
		(イチゴ・オレンジ)	
		とんかつソース	
		マヨネーズ※③	
	レーズン		
	ミカン缶		
	パイ缶		
海藻類		その他	カレールー※④
			シチュールー※④

《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、特定アレルギー物質および特定アレルギー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。