

食材チェック表

組 園児名

	ゴックン期（5～6カ月）			モグモグ期（7～8カ月）			カミカミ期（9～11カ月）			パクパク期（1歳ごろ～）			幼児期（1歳6カ月以降～）		
穀類	お米		とうもろこし	コーンフレーク （フレーン）			パスタ			蒸しパン		餃子・ワンタンの皮			
	そうめん		食パン				ロールパン			ビーフン					
	うどん									中華麺					
野菜・果物類	じゃがいも		かぶ	里芋		オクラ	山芋			はるさめ		レモン	なめこ		すいか
	さつまいも		ブロッコリー	きゅうり		アスパラガス	ピーマン			れんこん			マッシュルーム		いちご
	かぼちゃ		トマト	さやいんげん			春菊			ごぼう			たけのこ		バナナ
	にんじん		白菜	さやえんどう			チンゲン菜			しいたけ			グレープフルーツ		キウイ
	だいこん		ほうれん草	グリーンピース			もやし			えのき			梨		ぶどう
	きゃべつ		小松菜	なす			ねぎ			しめじ			りんご		フルーツ缶詰
	たまねぎ			レタス			ニラ						みかん		
たんぱく質食品	豆腐			高野豆腐		タラ	鶏もも		さわら	油揚げ			大豆水煮		ハム
	カレー			きなこ		お麩	鶏むね		ぶり	厚揚げ			ベーコン		ウインナー
	しらす干し			納豆		ちりめんじゃこ	レバー		かつお	おから			枝豆		魚肉ソーセージ
				鶏ささみ			牛ひき肉		鮭の缶詰	がんもどき			豆乳		
				鶏ひき肉			豚ひき肉		ツナの缶詰	豚肉（ひき肉を除く）					
				鮭			かじき			牛赤身肉					
その他	片栗粉			砂糖（上白糖）			かつおだし		味噌	油		※牛乳 （離乳後牛乳を飲んでいる方）	しらたき		ごま油
	野菜だし			塩			プロセスチーズ		醤油	酢			マヨネーズ		カレー粉
	昆布だし			ヨーグルト （フレーン）			焼き海苔			コンソメ		印 /	みりん		ソース
	麦茶			青のり			わかめ			中華だし			牛乳		めんつゆ
				煮干しだし			ごま			鶏ガラだし			100%ジュース		ゼラチン
							ひじき			寒天			トマトケチャップ		
印 /				印 /			印 /			印 /			印 /		

* 試した食材にチェックを入れてください。
* 各期の食材すべてにチェックが入りましたら下の「印」の欄に押印と日付をお願いいたします。
* その他、旬の食材などに関してはその都度確認させていただきます。

* アレルギーに関しては、負荷試験の結果をもとに除去いたします。
* ご家庭でお試しいただいた上で給食にて提供いたします。ご協力お願いします。

ゴックン期 (5～6カ月)	モグモグ期 (7～8カ月)	カミカミ期 (9～11カ月)	パクパク期 (1歳～1歳6カ月)	幼児食
・主食・ 10倍がゆ ・主菜・ トロトロのペースト状	・主食・ 7倍がゆ ・主菜・ 舌でつぶせるかたさ (絹ごし豆腐が目安)	・主食・ 5倍がゆ ・主菜・ 歯ぐきでつぶせるかたさ (バナナが目安)	・主食・ 軟飯 ・主菜・ 歯ぐきでかめるかたさ (煮込みハンバーグが目安)	・主食・ ごはん ・主菜・
サイン または 印	サイン または 印	サイン または 印	サイン または 印	サイン または 印