

食材チェック表

※試した食材にチェックをしてください。

組 名前

生年月日 令和 年 月 日

※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。

※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。担任、または栄養士にご相談ください。

ゴックン期(5～6か月)				モグモグ期(7～8か月)				カミカミ期(9～11か月)				パクパク期(1歳ころ～)				幼児食(1歳6か月以降～)					
穀類	お米	とうもろこし		穀類	コーンフレーク (プレーン)	そうめん		穀類	マカロニ			穀類	餃子、ワンタンの皮			穀類					
					食パン	うどん				スパゲティ				中華麺							
野菜・果物	じゃが芋	かぶ		野菜・果物	里芋	オクラ		野菜・果物	ピーマン			野菜・果物	ごぼう	レモン		野菜・果物	なめこ	オレンジ			
	さつまいも	ブロッコリー			きゅうり	アスパラガス			チンゲン菜				えのき				たけのこ	りんご			
	かぼちゃ	トマト			さやいんげん	さやえんどう			もやし				しめじ				マッシュルーム	いちご			
	人参	白菜			なす				ねぎ				れんこん				生姜	みかん缶			
	大根	ほうれん草			レタス				切干大根				春雨				みかん				
	キャベツ	小松菜			グリーンピース										梨						
	玉ねぎ	バナナ													キウイ						
																	すいか				
蛋白質	豆腐			蛋白質	高野豆腐	鮭		蛋白質	鶏もも肉	かじき		蛋白質	豚肉	ツナ缶		蛋白質	大豆水煮	ハム			
	カレー				きな粉	たら			鶏むね肉	かつお			おから	ぶり			枝豆	ベーコン			
	しらす干し				麩	鶏ささみ			豚ひき肉				油揚げ				豆乳	ウインナー			
					納豆	鶏ひき肉							厚揚げ					魚肉ソーセージ			
その他	片栗粉			その他	砂糖(上白糖)	青のり		その他	かつおだし	味噌		その他	サラダ油	中華だし		その他	しらたき	牛乳			
	昆布だし				塩	煮干しだし			醤油	プロセスチーズ			米酢	鶏ガラだし			マヨネーズ	100%ジュース			
	野菜だし				プレーンヨーグルト				焼きのり	わかめ			寒天	コンソメ			みりん	イチゴジャム			
	麦茶								ごま	ひじき							料理酒	マーマレードジャム			
									切り昆布								ごま油	カレー粉			
																	ソース	カレールウ			
																	ゼラチン	ハヤシルウ			
																	トマトケチャップ	生クリーム			
																		カルピス			
日付 印				日付 印				日付 印				日付 印				日付 印					

※各期の食材すべてにチェックが入りましたら日付と押印をお願いいたします。

※グレー表記は行事食にて提供することがあります。

※カレー、ハヤシルウは幼児用を使用しています。

離乳食段階チェック表

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