

食 事 調 べ

記入日(西暦) 年 月 日
名前 男・女
生年月日(西暦) 年 月 日 か月

＜ミルクについて＞

◎使用しているものに○や記入をお願いします。

※乳汁の種類 : 母乳 ・ 混合 ・ 粉ミルク(種類:)

※哺乳瓶の種類 :

※乳首のサイズ : S ・ M ・ L ・ Y ・ ヌーク

＜食材チェック表確認事項＞ ※食物アレルギー: ない ・ ある(食品名:)

※園の給食で使用する食材を中心に記載しています。

※目安の月齢を参考にご家庭で食べられた食材に○をしてください。

(園では食べられた食材を使用しますので、ご家庭で食べられたら連絡帳等でもその都度お知らせください。)

	穀物		野菜・果物		たんぱく質食品		その他	
ゴックン 初期 5～6ヶ月頃 (すりつぶし)	10倍がゆ		じゃがいも	ブロッコリー	しらす干し		片栗粉	
			さつまいも	かぶ	豆腐		昆布だし	
			かぼちゃ	小松菜	白身魚 (カレイ等)		かつおだし	
			にんじん	なす	白身魚 (あかうお等)			
			だいこん	チンゲン菜				
			キャベツ	ねぎ				
			玉ねぎ	オクラ				
			きゅうり	バナナ				
			ほうれん草	りんご				
			白菜	みかん				
			トマト	スイカ				
			レタス	いちご				
(みもぐんモグモグ切)中期 7～8ヶ月頃	7倍がゆ		さやいんげん	にら	高野豆腐	鶏肉	煮干しだし (いりこだし)	
	全がゆ		コーン	梨	納豆	チーズ	砂糖	
	食パン		枝豆	メロン	小豆(餡子)	ツナ缶	醤油	
	はるさめ		グリンピース	ブドウ	大豆	鮭	かつお節	
			ピーマン	柿	レバー	卵黄固ゆで		
			里芋	キウイ	海苔	牛乳(調理)		
			もやし	もも		ヨーグルト		
			栗	レモン (レモン果汁)				
(5ミリア)後期 9～11ヶ月頃			水菜	ゆず				
	全がゆ		キノコ類	パイナップル	海藻類(わかめ、 ひじき、昆布)	豚肉・牛肉	味噌	
	軟飯		れんこん				サラダ油	
	赤ちゃんせんべい (ハイハイなど)		にんにく		アジ	卵全卵加熱	ごま油	
	ビーフン		しょうが		サワラ		バター	
			ゆかりふりかけ			干しえび	酒	
			ごま				みりん	
							コンソメ	
完了期 1歳頃 (1センチ角)							中華だし	
	米飯		ごぼう	梅	油揚げ	イワシ	シチュー	
	せんべい		たけのこ	果物缶	練り製品 (ちくわ)	サバ	カレールー	
	コーンフレーク				牛乳 (そのまま飲む)	カジキ	ケチャップ	
			こんにゃく			ブリ	ソース (ウスター・中濃)	
					生クリーム	えび		
						いか	マヨネーズ	
						貝(あさり)	揚げ物	
						ハム	ココア	
						ウィンナー	マシュマロ	
						ベーコン	ゼラチン (グミ、ゼリー)	
							ジャム	

※1歳半で離乳食完了としますので、それまでにご家庭で食べてください。

※1歳の誕生日を迎えた時点で、おやつ(朝・昼)の提供を開始します。