

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>

◎使用しているものは〇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〇をしてください。

(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
ゴッサム初期(5ヶ月頃)	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					
		カリフラワー	オレンジ					
中期(6ヶ月頃)	7倍がゆ	さやいんげん	にら	高野豆腐	鶏肉	煮干だし(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)					
後期(7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			干しあわび	酒		
		ごま				みりん		
						コンソメ		
完了期(1歳頃)						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		
					ワインナー	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。