離乳食食材確認表

2025年3月改定

七日町まちなか保育園

○　初期（5～6ヶ月）　△　中期（7～8ヶ月）　□　後期（9～11ヶ月）　◎　完了期（1～1歳6ヶ月）

●後期食開始	保護者様	園長	担任	給食担当者	●完了食開始	保護者様	園長	担任	給食担当者
／	印	印	印	印	／	印	印	印	印

※　食べたものにチェックを入れて下さい。

生年月日　R　　年　　月　　日

お名前

アレルギー　有　・　無

穀物	チェック1	チェック2	魚介類	チェック1	チェック2	果実類	チェック1	チェック2	豆・種実類	チェック1	チェック2	野菜・きのこ類	チェック1	チェック2
○　米			○　たら・かれい			◎　りんご			○　豆腐			○　人参		
・１０倍がゆ（ドロドロ状）			○　しらす（塩抜き）			◎　バナナ			○　高野豆腐			○　大根		
・７倍がゆ（舌でつぶせる）						◎　みかん						○　かぶ		
・５倍がゆ（歯茎でつぶせる）			△　さけ			◎　オレンジ			△　大豆			○　ほうれん草・小松菜・チンゲン菜		
・軟飯			△　かつおぶし（だし）			◎　いちご			△　きな粉			○　キャベツ・白菜		
・米飯　※段階に応じて対応						◎　ぶどう			△　納豆			○　ブロッコリー		
			□　ツナ缶			◎　すいか			△　無調整豆乳（調理用）			○　玉ねぎ		
△　うどん・そうめん			□　さわら			◎　もも						○　かぼちゃ		
△　麩						◎　なし						○　トマト		
△　食パン			◎　ちくわ			◎　柿						○　カリフラワー		
			◎　さつま揚げ			◎　メロン			◎　油揚げ・厚揚げ					
□　マカロニ・スパゲティー			◎　はんぺん			◎　パイナップル								
□　ビーフン			◎　かまぼこ			◎　グレープフルーツ						△　とうもろこし（クリームコーン缶）		
			◎　カニカマ（かにエキス入り）			◎　キウイフルーツ			◎　ごま			△　きゅうり		
◎　中華麺			◎　えび			◎　ブルーベリー						△　アスパラガス		
◎　ロールパン			◎　さば・あじ・さんま									△　なす		
◎　ホットケーキミックス														
						※果物は離乳食の段階での提供はありませんが完了期終了までにお試しください。その際缶詰・ジャム・ジュース等でのお試しでも可です。						□　もやし		
												□　ピーマン・パプリカ		
												□　オクラ		
いも類			**卵類**			**油脂類**			**肉類**			◎　ズッキーニ		
○　じゃがいも			△　卵黄			□　サラダ油			△　鶏肉（ささみ・ひき肉）			◎　きぬさや・いんげん・グリンピース		
○　さつまいも						□　マーガリン						◎　ねぎ		
○　片栗粉			□　全卵									◎　れんこん		
						◎　ごま油			□　豚肉・豚ひき肉			◎　たけのこ		
△　春雨									□　牛肉			◎　ごぼう		
												◎　きのこ類		
◎　さといも									◎　ウインナー			◎　レタス		
◎　こんにゃく（しらたき）									◎　ハム・ベーコン			◎　にら		
												◎　にんにく・生姜		
藻類			**乳類**			**その他**			**調味料**					
△　昆布（だし）			△　ヨーグルト（プレーン）			◎　ゼリー（ゼラチン）			□　塩					
									□　砂糖					
			□　牛乳(調理用)			◎　ココア			□　醤油			※完了期以降では旬の野菜が出ることがあります。事前にお知らせ致しますのでお試しください。		
□　わかめ			□　チーズ						□　みそ					
□　ひじき			□　バター			◎　ゆかり・炊き込みわかめ・菜飯								
□　青のり														
			◎　牛乳（飲用）						※完了期以降みりん・酒・酢・めんつゆ・ケチャップ・マヨネーズ・ソース・塩麹・出汁類・カレールウなども使用させて頂きますので、事前にお試しください。					
			◎　生クリーム											
◎　焼きのり			◎　乳酸飲料											
◎　切り昆布（塩昆布）														
◎　寒天														
◎　とろろ昆布														