

給食食材チェック表

保育園の給食で使用する食材を中心に記載しています。ご家庭で複数回食べて、アレルギー反応等ないか確認してください。
調理法などは各ご家庭で確認してください。

※月齢に関わらず、ご家庭で食べたことのある食材はすべてチェックしてください。

ク ラ ス			氏 名				生 年 月 日		令和 年 月 日	
初回記入日	令和 年 月 日		記入時年齢		才 ヶ月（離乳食：開始前・初期・中期・後期・完了）					
記入更新日	月 日		月 日		月 日		月 日		月 日	
月 齢	穀 類	確認	野菜・果物	確認	野菜・果物	確認	蛋白質食品他	確認	その他	確認
5～6 ヵ月頃 【初期】	米(10倍粥)		じゃがいも		レタス		豆腐		昆布だし	
	食パン(食パン粥)		さつまいも		キャベツ		きな粉		かつおだし	
	うどん		かぼちゃ		ピーマン		しらす		野菜スープ	
	そうめん		にんじん		きゅうり		鯛		片栗粉	
			大根		なす					
			かぶ		白菜					
			玉ねぎ		クリームコーン					
			小松菜		グリーンピース					
			ほうれん草		バナナ					
			チンゲン菜		りんご					
			トマト		柑橘類(オレンジ等)					
			ブロッコリー							
7～8 ヵ月頃 【中期】	米(7倍粥)		いんげん		レモン		納豆		砂糖	
	マカロニ		さやえんどう		いちご		豆乳		醤油	
	ロールパン		にら		梨		鮭		味噌	
	麩		ねぎ		メロン		たら		サラダ油	
	コーンフレーク		さといも		スイカ		マグロ		ごま油	
	スパゲッティ		枝豆				ツナ水煮缶		ケチャップ	
			アスパラ				鶏肉		バター	
			カリフラワー				ヨーグルト			
			オクラ				スキムミルク			
			もやし				卵黄(固ゆで)			
							おから			
9～11 ヵ月頃 【後期】	米(5倍粥)		とうもろこし		柿		サワラ		ソース	
	クラッカー		れんこん		さくらんぼ(缶)		ツナ油漬缶		酢	
	ビスケット		セロリ		パイナップル(缶)		牛肉		みりん	
	ビーフン		ごぼう		桃(缶)		豚肉		料理酒	
			しいたけ		キウイ		レバー		めんつゆ	
			しめじ				高野豆腐		食塩	
			えのき				チーズ		鶏がらスープ	
			なめこ				牛乳(調理用)		コンソメ	
			マッシュルーム				油揚げ		わかめ	
			たけのこ				厚揚げ		ひじき	
									ごま	
									海苔	
									春雨	
1歳～ 1歳半 【完了期】	軟飯		にんにく		栗		サバ		カレー粉	
	中華麺		しょうが				ぶり		揚げ物	
	ホットケーキ粉				蛋白質食品他				ゼリー、寒天	
					エビ		練り物(はんぺん等)		マヨネーズ	
					ウインナー		牛乳(飲食用)		乳酸菌飲料	
					ハム		生クリーム		こんにゃく	
					ベーコン		全卵(加熱)		ジャム	
1歳半～				かにかま				しらたき		

●保育園での離乳食の提供は、ご家庭で中期の離乳食が終了してからになります。

●この表はあくまで目安となります。毎月配信される献立表をご確認いただき、食べたことのない食材につきましては提供される前に必ずご家庭でお試しいたきますようお願いいたします。

※この表に記載されていない食材が使用される場合もありますので献立表の確認は必ず行ってください。