

給食を始めるための食材チェック表

- 園の給食で使用する食材を中心に記載しています。アレルギーの有無の確認のため、園での給食が始まる前に、ご家庭で2～3回食べさせてから○をつけてください。
 - 特に赤字の食材はアレルギー表示食品です。必ず確認をお願いします。
市販のベビーフードはアレルギーが出にくいように作られていますので、手作りの料理に関してご記入願います。
 - 表を目安にしながらすすめ、月齢の枠にかかわらず食べた食材にはすべて○をつけてください。
 - 野菜や果物は、その季節に出ているもの、できるだけ旬のものをあげてください。
- ※ご家庭で食べる前に園で食べることになる食材もあると思います。ご了承ください。

上記のことを確認しました。

保護者名

記入日 年 月 日

園児名

お誕生日 年 月 日 現在 月

月	主食(穀類)	○	備考	たんぱく質食品	○	備考	野菜・芋類	○	備考	果物	○	備考	その他	○	備考
5 か 月 ご ろ	米(おかゆ)			卵黄(固ゆで)			にんじん			バナナ			昆布だし		
	食パン粥			ヨーグルト			大根			りんご			かつおだし		
	うどん・そうめん			豆腐			キャベツ			オレンジ			片栗粉		
				きなこ			玉ねぎ			いちご					
							青菜類								
6 か 月 後 半	マカロニ			鶏肉			きゅうり			グレープフルーツ			にぼしだし		
	スパゲティ			レバー(鶏・豚)			トマト			はっさく			しょうゆ		
				あかうお			きぬさや			柿			みそ		
				たら			もやし			梨			さとう		
				鮭			ピーマン			スイカ			サラダ油		
7～8か月				カレイ			ネギ						ケチャップ		
				牛乳(料理で)									マヨドレ		
				大豆(パウチなど)									春雨		
				高野豆腐											
				卵白											
10 か 月 ご ろ	軟らかいごはん			豚肉			きのこ類			キウイ			白すりごま		
	食パン			牛肉			れんこん			メロン			わかめ		
				ツナ缶			オクラ						ひじき		
				ひきわり納豆			ごぼう						すき昆布		
							たけのこ						チーズ(乳)		
1 歳 ご ろ	ホットケーキ粉			牛乳(飲用)			切干大根			パイン缶			おこさませんべい		
	その他パン			ゼラチン						桃缶			マンナビスケット		
										梨缶			マンナウエハース		
										みかん缶					
1 歳 3 か 月	ごはん			サバ			とうもろこし			パイナップル			マヨネーズ(全卵型)		
	中華麺			さんま									コンソメ		
				いわし									カレー粉		
				エビ									カレールウ		
				イカ									ハヤシルウ		
1 歳 6 か 月				練り製品 (ちくわ・さつま揚げなど)									シチュールウ		
				肉加工品 (ハム・ベーコン・ウインナー)									料理酒・みりん		
													はちみつ※		
													※はちみつは1歳になるまで あげないでください		