

### 離乳食開始にあたっての食材確認表

クラス名 \_\_\_\_\_ 組 園児名 \_\_\_\_\_ 生年月日 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日

歯なめらかにすりつぶした状態  
ヨーグルト状

月齢	穀類・いも類			野菜・果物			たんぱく質性食品			その他		
	食品名	1回目☑	2回目☑	食品名	1回目☑	2回目☑	食品名	1回目☑	2回目☑	食品名	1回目☑	2回目☑
(5~6か月頃)	米			かぼちゃ			豆乳(調理として)			昆布だし		
	じゃがいも			キャベツ			しらす			麦茶		
	さつまいも			玉ねぎ			豆腐					
				人参			かれい					
				ほうれん草			きな粉					
				チンゲン菜								
				小松菜								
				なす								
				大根								
				かぶ								
				白菜								
				トマト								
				ブロッコリー								
				なし								
				きゅうり								
			バナナ									
			りんご									
			みかん									
			オレンジ									
			スイカ									

舌でつぶせる固さ  
豆腐状

月齢	穀類・いも類			野菜・果物			たんぱく質性食品			その他		
(8か月頃)	スパゲティ			ピーマン・パプリカ			高野豆腐			砂糖		
	マカロニ			アスパラガス			シーチキン(水煮)			醤油		
	パン			オクラ			牛乳(調理用として)			味噌		
	里芋			いちご			納豆			油		
	うどん						鮭			塩		
	そうめん						たら			片栗粉		
	麩											

歯ぐきでつぶせる固さ  
バナナ状

月齢	穀類・いも類			野菜・果物			たんぱく質性食品			その他		
(9~11か月頃)	春雨			切り干し大根			鶏肉			ハイハイ		
				もやし			豚肉			マンナビスケット		
				グリーンピース			牛肉			マンナウエハース		
				とうもろこし			ヨーグルト(無糖)					
				わかめ・ひじき								
				もずく								
				のり								
				ぶどう								
			ブルーベリー									

歯ぐきで噛める固さ  
肉団子状

月齢	穀類・いも類			野菜・果物			たんぱく質性食品			その他		
(1歳頃)	中華麺			椎茸			豆乳(飲料)			カレールー		
	小麦粉			しめじ			牛乳(飲料)			(バーモンド甘口はちみつ入り)		
	ビーフン			えのき			チーズ			カレー粉		
	ホットケーキミックス			ごぼう			油揚げ・厚揚げ			クリームシチュール		
	こんにゃく			蓮根			バター			(ハウス食品)		
				たけのこ			ぶり			ビーフシチュール		
				ネギ			さば			(ハウス食品)		
				にら			あじ			ハヤシルー		
				にんにく			いわし			(ハウス食品完熟トマト)		
				しょうが			さんま			穀物酢		
				さやいんげん			さわら			中濃ソース		
				レモン汁			ヨーグルト(加糖)			トマトケチャップ		
				バイン缶			ちくわ			コンソメ		
				もも缶			かまぼこ			中華だし		
				みかん缶			さつま揚げ			料理酒		
				栗			ウインナー・ベーコン			みりん		
				らっきよ			小豆			ごま油		
							ゼラチン			ごま		
						レバー			マヨネーズ			
						かつおぶし			寒天			
									マーメレードジャム			
									ゆかり(ふりかけ)			
									菜飯(ふりかけ)			

☆園で使用する食材です。原則として、すべてに印がついた時点で完了食へ移行いたします。  
 ☆マヨネーズは卵不使用のものを使用しています。(基本的に卵は不使用です。)  
 ☆完了食からデザートにゼリーを提供します。ゼリーに使用する果物は少量の果肉果汁程度です。(ぶどう、もも、いちご、ブルーベリー、みかん、オレンジなど)  
 ☆必ず自宅で2回以上試して、体に異常がないことを確認してください。試す際は、少量ずつお願いします。食べる時間は病院が開いている午前中がおすすめです。