

--

離乳食・幼児食で使用する食材の確認のお願い

離乳食・幼児食食材表には、各段階で使用する食材を記載しています。初めて食べる食材は、アレルギーや体調の変化（湿疹、かゆみ等）が見られることがあります。

未摂取の食材は、ご家庭で体調の良い時に食べて頂き、体調の確認をお願い致します。

また、段階が移行していくと、食べられる食材が増えていきます。次の段階へ移行する際には、ご家庭で試したことを確認してから移行していきます。

ふりがな		性別
園児氏名		
生年月日	20 年 月 日生	

～離乳食 食材表～

〈初期〉

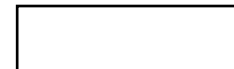
穀物	おかゆ	ごはん												
野菜	ほうれん草	小松菜	青梗菜	白菜	トマト	ブロッコリー	カリフラワー	大根						
	人参	かぶ	玉ねぎ	かぼちゃ										
いも・でんぷん	じゃがいも	さつまいも												

保護者名 _____ 20 年 月 日

〈中期・後期〉

野菜	なす	ピーマン												
いも・でんぷん	片栗粉													
種実・豆類	絹ごし豆腐													
魚介類	たら													
肉類	鶏ささみ													
海藻類	青のり													

保護者名 _____ 20 年 月 日



〈完了期〉

野菜	ごぼう	れんこん	コーン	赤パプリカ	黄パプリカ	ネギ						
いも・でんぷん	コンスターチ	里芋										
種実・豆類	木綿豆腐	高野豆腐	厚揚げ	油揚げ	大豆	ミックスビーンズ	枝豆	インゲン豆				
	エンドウ豆	もやし	豆乳									
魚介類	赤魚	さわら	鮭	ツナ	花かつお							
肉類	鶏肉	鶏ひき肉										
海藻類	わかめ	ひじき										
油・調味料	かつおだし	鶏がら	野菜ブイヨン	味噌	醤油	ケチャップ	ポン酢	サラダ油				

保護者名 _____ 20 ____ 年 ____ 月 ____ 日

～離乳食・幼児食 食材表～

〈幼児食〉

穀物	パン	パン粉	小麦粉	うどん	スパゲッティ	マカロニ	中華麺					
肉類	豚肉	豚ひき肉										
油・調味料	マヨネーズ	ドレッシング類										

保護者名 _____ 20 ____ 年 ____ 月 ____ 日