

給食食材チェック表

NO.1

くじら	なまえ()
生年月日	年 月 日

初期 (5カ月・6カ月)

- ・スプーンに慣れる
- ・ミルク以外の物を舌に乗せゴックンと飲み込む習慣
- ・ペースト・ヨーグルト状

主食:おかゆ(10倍)

1回食⇒2回食

	保護者	保育園	
		担任	給食室
穀類	おかゆ		
	うどん		
	パン(食パン)		
でいんもばん	じゃがいも		
	さつまいも		
魚介類	しらす		
	白身魚(たら)		
乳類	ヨーグルト		
果実類	りんご		
	バナナ		
	みかん		
	いちご		
豆種腐実	豆腐		
野菜・きのこ	かぼちゃ		
	大根		
	キャベツ		
	人参		
	かぶ		
	玉ねぎ		
	白菜		
	チンゲン菜		
	トマト		
	ほうれん草		
調味料	和風だし		
海藻	寒天		
お菓子類	赤ちゃんせんべい		

中期 (7カ月・8カ月)

- ・豆腐くらいの柔らかい固形を上あごと舌で潰してから飲み込めるようになる練習
- ・豆腐くらいの柔らかさの固形・つぶつぶ

主食:おかゆ(7倍)

2回食

	保護者	保育園	
		担任	給食室
穀類	そうめん		
	スパゲティー		
でいんもばん	さといも		
	春雨		
魚介類	鮭		
	ツナ缶		
果実類	メロン		
	オレンジ		
	ぶどう		
	すいか		
	なし		
種実・豆腐	もも		
	みそ		
	醤油		
肉類	きなこ		
	鶏肉		
	豚肉		
野菜	牛肉		
	ブロッコリー		
	中華だし		
調味料	マーガリン		
	卵黄		
卵類	卵黄		
海藻	青のり		

目安の月齢になると給食で提供しますのでご家庭で2回食べて問題なければ保護者欄に☑を入れてください
追加記入するときは2回目に食べた日の日付を記入してください

給食食材チェック表

NO.2

くじら	なまえ()
生年月日	年 月 日

後期 (9か月～11か月)

- バナナ様くらの固形を硬くなってきた奥の歯茎でつぶせるようになる練習
- 自分で食べようとする意欲を育む(手づかみ食べ)

主食:おかゆ(10倍)～軟飯

	保護者	保育園	
		担任	給食室
3回食			
穀類	ホットケーキミックス		
乳類	牛乳(加熱)		
豆種 腐実	ごま(白・黒)		
	納豆		
	いんげん		
野菜・きのこ	にら		
	もやし		
	小松菜		
	ピーマン		
	なす		
	ねぎ		
	きゅうり		
	もろへいや		
	冬瓜		
	調味料	コンソメ 炒め用油	
卵類	全卵		
海藻	わかめ ひじき		

完了食及び普通食 (12か月～)

- 歯前などを使ってひとくちに噛み切る練習
- 手づかみ食べを併用しつつフォーク・スプーンなどを使って自分で食べるよう促す

主食:白飯

	保護者	保育園		
		担任	給食室	
穀類	焼きそば			
	ラーメン			
	もち米			
でいんもふん	こんにやく(板・糸)			
魚介類	かじき			
	いわし			
	さば			
	練製品(かまぼこ・ちくわ等)			
乳類	チーズ			
	生クリーム			
	牛乳(生)			
果実類	パイナップル			
	柿			
	グレープフルーツ			
豆種腐実	栗 油揚げ			
肉類	加工肉			
野菜・きのこ	コーン			
	ごぼう			
	にんにく			
	たけのこ			
	しょうが			
	菜の花			
	きのこ類			
	れんこん			
	調味料・油	バター		
		ケチャップ		
ソース				
ごま油				
揚げ油				
カレー粉				
黒糖				
ココア				
卵類	マヨネーズ			

目安の月齢になると給食で提供しますのでご家庭で2回食べて問題なければ保護者欄に☑を入れてください
追加記入するときは2回目に食べた日の日付を記入してください

※食べていない食材は1歳6か月まで提供できません

1歳6か月を過ぎるとすべての食材を提供することになりますので家庭で食べておくようにしてください

※この表は給食で使用する食材、食物アレルギーを起こしやすい食材を中心に構成されています

赤字の食材は内閣府令指定アレルギー食材28品目を含む食材です

※全卵・牛乳・揚げ油・黒糖・ココアは1歳前に☑がついても

1歳(完了期)になるまで保育園では提供しません

※土曜保育は1歳を迎え、完了期になってからのお預かりになります