離乳食開始にあたっての確認表

児童名＿＿＿＿＿＿＿＿　　Ｈ・Ｒ　　年　　月　　日生

園の離乳食で使用する食材を中心に記載していますので、食べられることを確認した食品は〇をつけて下さい。
食べた事がない食材は入園前に、2回以上の喫食をしておいて下さい
ここに記載されていない食品、食材が献立が出ることもあります。
毎月の献立表を確認し事前に家庭で2回以上食べてきて下さい。

上記の内容を確認し、了承しました。　　Ｒ　　年　　月　　日　　保護者氏名＿＿＿＿＿＿＿＿

食べておく食品							
穀類		**野菜類**		**たんぱく食品**		**その他**	
おかゆ		かぼちゃ		豆腐		片栗粉	
食パン粥（粉ミルク）		にんじん		水煮大豆		上白糖	
うどん		だいこん		高野豆腐		しょうゆ	
そうめん		はくさい		油揚げ		赤みそ	
バターロール		トマト		厚揚げ		合わせみそ	
スパゲティ		ブロッコリー		はんぺん		カレールー	
ビーフン		小松菜		きな粉		ケチャップ	
		キャベツ		豆乳		かつおだし	
果物類		たまねぎ		かまぼこ		コンソメ	
りんご		きゅうり		ちくわ		中華だし	
バナナ		ほうれん草		白身魚		鶏ガラだし	
オレンジ		チンゲン菜		ししゃも		酢	
いちご		さやえんどう		さけ		梅干し(しそ漬け)	
柿		とうもろこし		さば		みりん・料理酒	
低糖度ジャム		枝豆		かつお節		**海藻類**	
（いちご）		にら		＊1エビ		わかめ	
		ピーマン		鶏ささみ		のり	
		グリーンピース		鶏ひき肉		昆布	
きのこ類		ねぎ		鶏むね肉		ひじき	
しいたけ		もやし		鶏もも肉			
えのき		なす		豚ひき肉			
しめじ		ごぼう		豚もも肉		**缶詰類**	
いも類		しょうが		牛ひき肉		たけのこ水煮	
じゃがいも		にんにく		牛もも肉		ツナ缶（塩抜き）	
さといも		れんこん		ウインナー		コーンクリーム缶	
さつまいも				ハム		コーン缶	
				ベーコン		パイン缶	
		乳製品類		ふ		ミカン缶	
油類		プレーンヨーグルト		寒天		もも缶	
サラダ油		チーズ		ゼラチン			
ゴマ油		牛乳		＊2卵黄（固ゆで）		**乾物類**	
				＊3卵白（固ゆで）		切り干し大根	
				マヨネーズ		春雨	

＊１　エビは、お菓子など少量から始めましょう。
＊２　固ゆでにして、卵黄だけを最初は湯冷ましでのばして少量からあげて下さい。
＊３　卵黄に慣れたら卵白も加熱し少量からあげて下さい。

・しょうゆ、塩、みそを使う場合はごく少量にします、目安は大人の味付け1/3くらいにして下さい。

・園では家庭での離乳食の進み具合によって、主食の形態や副菜の形状を選んで頂く事が出来ます。
形態や形状を変えたい場合は再度下記に〇の記入をお願いします。

主食の形態	**・おかゆ**	**・なんはん**	**・ごはん**
副菜の形状	**・ペースト**	**・やわらか煮（きざみ食）**	