

「食材調査票」 離乳食（月齢別食品） 生年月日：H・R 年 月 日 名前（ ）



★お子さまの成長に合わせて離乳食を進めます。

★月齢別の摂取可能食材を示しています。ご家庭でお子さんの成長に合わせて食べさせてください。

★目安の月齢になると給食で提供しますので、ご家庭で3回以上試したらチェックをして下さい。

★揚げ物、全卵、牛乳は1歳前に○印がついていても1歳（完了期）になるまでは提供しません。

★ご家庭で食べられた食材に○印を付け、保育士へ提出して下さい。

★1歳半を目途に幼児食へ移行します。＜承諾確認＞令和 年 月 日 保護者名： 印

	ゴックン期＜初期＞ (5～6カ月)	モグモグ期＜中期＞ (7～8カ月)	カミカミ期＜後期＞ (9～11カ月)	パクパク期＜完了期＞ (12～18カ月)	1歳半～
穀類	・米 ・食パン ・片栗粉	・うどん ・小麦粉	・スパゲティ ・ロールパン	・ちゃんぽん麺	
いも類	・じゃが芋 ・さつまい		・里芋		・こんにゃく
魚介類	・白身魚(たら)(たい) ・しらす干し	・鮭	・アジ ・さば ・ツナ缶	・えび ・ちくわ ・かにかま ・かまぼこ	・かに
肉類		・鶏肉	・牛肉 ・豚肉	・ハム・ウインナー ・ベーコン	
豆類	・豆腐 ・グリーンピース	・さやいんげん	・大豆 ・もやし ・合わせ味噌		
卵類		・卵黄	・全卵	・プリン	
乳類		・ヨーグルト(プレーン) ・豆乳	・チーズ	・牛乳	・アイス ・乳酸菌飲料
野菜類	・人参 ・大根 ・白菜 ・とうもろこし ・ほうれん草 ・南瓜 ・小松菜 ・ブロッコリー ・トマト・キャベツ・玉ねぎ	・アスパラガス ・レタス ・オクラ ・きゅうり ・なす	・チンゲン菜・ピーマン ・たけのこ ・ねぎ ・にら	・れんこん ・ごぼう	
きのこ				・しいたけ ・えのき ・しめじ	
果物	・バナナ ・りんご ・いちご ・みかん ・オレンジ ・キウイ ・すいか・メロン・柿 ・なし ・ぶどう		・缶詰(もも)	・缶詰(パイン)	
海藻類		・焼きのり ・あおのり	・わかめ ・ひじき ・こんぶ		
調味料		・ベビー用だし	・マヨネーズ ・しょうゆ ・砂糖	・ソース類 ・酢 ・酒 ・みりん ・粉末だし ・ケチャップ ・コンソメ	・中華だし
種実類			・ごま		
油脂類			・サラダ油 ・ごま油	・バター	
おやつ		・ハイハイン・赤ちゃんせんべい ・野菜せんべい	・ウエハース・卵ポーロ	・赤ちゃん用ビスケット	ゼリー
調理別				・フライ・シチュー・カレー	
その他	※1歳半～ ・ふりかけ(ゆかり)(アンパンマンふりかけ) ・にんにく・しょうがチューブ ・ドレッシング(和風・青じそ)・かつお節		(おやつ) ・ココア・黒糖(お菓子やパンに入っているのも可) ・ジュース(りんご・ぶどう・オレンジ)		

★加工品の食材に関しては(食事調査票に記載なしの食材)原材料を食べられていたら提供させていただきます。(例：ピーマン→原材料が米。米→OK提供)