

食材チェック表(1歳児用) Food Chart for Toddlers (18~24 months) 食品原材料検査表(1岁儿童用)(18~24个月) 식재료

保育園で提供する給食に使用している食材の一覧です。食べたことがある食材のチェック欄に○をつけてください。
 食べたことがない食材がありましたら、提供開始時期を目安に少しずつ試してください。


* This is the list of lunches provided at nursery schools.
 Please check off the food once it has been introduced at home by making a circle (O) in the "check" column.

* If there are any food listed that your child has not had, please introduce them a little at a time around the "month of introduction".

这是保育園供应伙食所使用的食品原材料清单。如孩子曾吃过某种食材，请在相应食材的核查栏内画一个小圆圈。
 如果某种食材还没有吃过，请在相应伙食开始供应之前少量尝试喂食，逐步增加喂食量。

보육원에서 제공하는 급식에 사용하는 식재료의 일람입니다. 먹은 적이 있는 식재료 체크란에 ○를 표시해 주세요.
 먹은 적이 없는 식재료가 있으면, 제공개시시기를 기준으로 조금씩 먹여 보세요.

1歳児用 18-24 months 1岁儿童用(18~24个月) 1살용(18~24개월)						
分類 Type 分類 분류	食材名 Food 食品原材料名称 식재료명	写真 Photo 照片 사진	チェック Check 検査 圈 체크	英語 English	中国語 中文	韓国・朝鮮語 한국・조선어
穀類 Grains 谷類 곡류	米			Rice	大米	쌀
	うどん			Udon noodles	乌冬面	우동
	そうめん ひやむぎ			Somen (thin wheat noodles) and hiyamugi (cold wheat noodles)	挂面、小麦冷面	국수・냉국수
	麩			Fu (Japanese dry wheat gluten)	麦麸	후 (밀기울)
	コッペパン			Soft hot dog bread rolls	梭形面包	쿠페빵
	食パン			Sandwich bread	方片面包	식빵

分類 Type 分類 분류	食材名 Food 食品原材料名称 식재료명	写真 Photo 照片 사진	チェック Check 検査 圈 체크	英語 English	中国語 中文	韓国・朝鮮語 한국・조선어
穀類 Grains 谷类 곡류	スパゲッティ			Spaghetti	意面	스파게티
	マカロニ			Macaroni	通心粉	마카로니
	小麦粉			Wheat flour	小麦面粉	밀가루
	パン粉			Bread crumbs	面包屑	빵가루
	ワンタンの皮			Wonton pastry	馄饨皮	완탄피
	中華めん			Ramen noodles	中华面	중화면
	ビーフン			Rice vermicelli	米面	비hun(쌀가루 건면)
	餃子の皮			Dumpling pastry	饺子皮	만두피
	もち米			Sticky rice	糯米	찰쌀

分類 Type 分類 분류	食材名 Food 食品原材料名称 식재료명	写真 Photo 照片 사진	チェック Check 検査画 圈 체크	英語 English	中国語 中文	韓国・朝鮮語 한국・조선어
野菜類 Vegetables 蔬菜类 야채류	人参			Carrots	胡萝卜	당근
	玉葱			Onions	洋葱	양파
	じゃが芋			Potatoes	土豆 (马铃薯)	감자
	大根			White radish	长萝卜	무
	小松菜			Komatsuna (Japanese mustard spinach)	小松菜	소송채
	ほうれん草			Spinach	菠菜	시금치
	チンゲン菜			Bok Choy	青菜	청경채
	トマト			Tomatoes	番茄 (西红柿)	토마토
	かぶ			Turnips	芜菁	순무
	かぼちゃ			Pumpkins	南瓜	호박

分類 Type 分類 분류	食材名 Food 食品原材料名称 식재료명	写真 Photo 照片 사진	チェック Check 検査画 圈 체크	英語 English	中国語 中文	韓国・朝鮮語 한국・조선어
野菜類 Vegetables 蔬菜类 야채류	キャベツ			Cabbage	卷心菜	양배추
	コーン缶			Canned corn	罐装玉米粒	옥수수캔
	もやし			Bean sprouts	豆芽菜	콩나물
	わかめ			Wakame (seaweed)	裙带菜	미역
	ひじき			Hijiki (seaweed)	羊栖菜	녹미채
	にんにく			Garlic	大蒜	마늘
	しょうが			Ginger	生姜	생강
	ねぎ			Spring onions	葱	파
	ごぼう			Burdock roots	牛蒡	우엉
	切り干し大根			Dried daikon (radish) strips	萝卜丝干	말린 무

分類 Type 分類 분류	食材名 Food 食品原材料名称 식재료명	写真 Photo 照片 사진	チェック Check 検査画 圈 체크	英語 English	中国語 中文	韓国・朝鮮語 한국・조선어
野菜類 Vegetables 蔬菜类 야채류	ピーマン			Green peppers	青椒	피망
	赤ピーマン			Red peppers	红甜椒	빨간피망
	パセリ			Parsley	西芹	파세리
	にら			Garlic chives	韭菜	부추
	生椎茸			Shiitake mushrooms	香菇	생표고버섯
	干し椎茸			Dried shiitake mushrooms	干香菇	말린 표고버섯
	えのきたけ			Enoki mushrooms	金针菇	팽이버섯
	しめじ			Shimeji mushrooms	丛生口蘑	송이버섯
	さやえんどう (絹さや)			Snow peas	豌豆荚	청대 완두
	たけのこ(水煮)			Boiled bamboo shoots	竹笋(水煮)	죽순(통조림)

分類 Type 分類 분류	食材名 Food 食品原材料名称 식재료명	写真 Photo 照片 사진	チェック Check 検査 확인 圈 체크	英語 English	中国語 中文	韓国・朝鮮語 한국・조선어
野菜類 Vegetables 蔬菜类 야채류	そら豆			Broad beans	蚕豆	잠두콩
	さやいんげん			Green beans	扁豆	강낭콩
	オクラ			Okras	秋葵	오쿠라
	とうがん			Winter melons	冬瓜	동아
	枝豆			Soybeans	毛豆	에다마메
	とうもろこし			Corn	玉米	옥수수
	ズッキーニ			Zucchini	西葫芦	애호박
	れんこん			Lotus roots	莲藕	연근
	せり			Japanese parsley	水芹菜	미나리
	菜の花			Rapeseeds	油菜花	유채꽃




分類 Type 分類 분류	食材名 Food 食品原材料名称 식재료명	写真 Photo 照片 사진	チェック Check 検査画 圈 체크	英語 English	中国語 中文	韓国・朝鮮語 한국・조선어
野菜類 Vegetables 蔬菜类 야채류	アスパラガス			Asparagus	芦笋	아스파라가스
	なす			Eggplants	茄子	가지
	ミニトマト			Mini tomatoes	樱桃番茄、小西红柿	방울토마토
	きゅうり			Cucumbers	黄瓜	오이
	さつまい			Sweet potatoes	番薯	고구마
	里芋			Taros	芋艿	토란
	白菜			Chinese cabbage	白菜	배추
	ブロッコリー			Broccoli	西兰花	브로콜리
	カリフラワー			Cauliflowers	花椰菜	꽃양배추
	かんぴょう			Kampyo (dried gourd shavings)	葫芦条	박고지

分類 Type 分類 분류	食材名 Food 食品原材料名称 식재료명	写真 Photo 照片 사진	チェック Check 検査 확인 圈 체크	英語 English	中国語 中文	韓国・朝鮮語 한국・조선어
果物 Fruits 果物 과일	りんご			Apples	苹果	사과
	甘夏			Amanatsu	甘夏蜜桔	아마나쓰
	いちご			Strawberries	草莓	딸기
	メロン			Melons	甜瓜	메론
	すいか			Watermelons	西瓜	수박
	ぶどう			Grapes	葡萄	포도
	梨			Nashi pears	梨	배
	みかん			Mandarins	柑橘	귤
	いよかん			Iyokan oranges	伊予柑	이요칸
	はっさく			Hassaku oranges	八朔柑	핫사쿠

分類 Type 분류	食材名 Food 食品原材料名称 식재료명	写真 Photo 照片 사진	チェック Check 検査画 圈 체크	英語 English	中国語 中文	韓国・朝鮮語 한국・조선어
果物 Fruits 果物 과일	さくらんぼ			Cherries	櫻桃	체리
	干しぶどう			Raisin	葡萄干	건포도
	パイナップル缶			Canned pineapple	菠蘿罐	파인애플캔
	桃缶			Canned peaches	桃肉罐	복숭아캔
	バナナ			Bananas	香蕉	바나나
肉類 Meat 肉類 육류	鶏肉 (もも・むね・ささみ)			Chicken (thigh, breast, breast strip)	鸡肉(鸡腿肉・鸡胸肉・鸡脯肉)	닭고기(다리살・가슴살・사사미)
	鶏ひき肉			Minced chicken meat	鸡肉糜	닭 다진 고기
	豚もも肉			Ham	猪肉	돼지다리 고기
	豚ひき肉			Minced pork	猪肉糜	돼지 다진 고기
	ベーコン			Bacon	培根(火腿)	베이컨

分類 Type 분류	食材名 Food 食品原材料名称 식재료명	写真 Photo 照片 사진	チェック Check 検査画 圈 체크	英語 English	中国語 中文	韓国・朝鮮語 한국・조선어
魚貝類 Seafood 海鮮類 어패류	たら(※)			Cod (*)	鱈魚(※)	대구(※)
	メルルーサ(※)			Hakes (*)	无须鱈(※)	메를루사(※)
	カレイ(※)			Flounders (*)	比目魚(※)	가자미(※)
	さけ			Salmon	鲑魚	연어
	ツナ(水煮缶)			Canned tuna	金槍魚(水煮罐)	참치(통조림)
	めかじき			Swordfish	劍魚	황새치
	あさり (水煮缶)			Canned clams	淺蜆(水煮罐)	바지락 조개(통조림)
	さくらえび			Sakura shrimps	櫻花蝦	새우
	しらす干し			Dried whitebait	丁香魚干	잔멸치
	かつお			Skipjack tuna	鯉魚	가다랑어

分類 Type 분류	食材名 Food 食品原材料名称 식재료명	写真 Photo 照片 사진	チェック Check 検査 圈 체크	英語 English	中国語 中文	韓国・朝鮮語 한국・조선어
魚貝類 Seafood 海鮮類 어패류	さんま			Sauri	秋刀鱼	꽁치
	さば			Mackerel	青花鱼	고등어
卵 Eggs 鸡蛋 알	卵黄			Egg yolks	蛋黄	노른자
	全卵			Whole eggs	整只鸡蛋	달걀
	マヨネーズ			Mayonnaise	蛋黄酱	마요네즈
大豆類 Beans 大豆类 콩류	豆腐			Tofu	豆腐	두부
	大豆(水煮缶)			Canned soya beans	大豆(水煮罐)	대두(통조림)
	高野豆腐			freeze-dried tofu	高野豆腐(脱水冻豆腐)	고야도후(건조된 두부)
	きなこ			Soya bean flour	黄豆粉	콩가루
	油揚げ			Deep-fried bean curds	油炸豆腐	유부

大豆類 Beans 大豆类 콩류	厚揚げ		Thick fried tofu	厚扬豆腐	튀긴 두부
	おから		Okara (soy pulp)	雪花菜 (豆渣)	비지
	豆乳		Soy milk	豆浆	두유
乳製品 Dairy 乳制品 유제품	チーズ		Cheese	奶酪	치즈
	パルメザンチーズ		Parmesan cheese	帕尔马干酪粉	파르메산 치즈
	バター		Butter	黄油 (奶油)	버터
	ヨーグルト(無糖)		Unsweetened yoghurt	酸奶(无糖)	요구르트(무당)
	牛乳 (調理用)		Cooking milk	牛奶(用于烹调)	우유(조리용)
	牛乳(飲用)		Drinking milk	牛奶(直接饮用)	우유(음용)
	スキムミルク		Skim milk	脱脂奶粉	저지방우유
	ヨーグルト (加糖)		Sweetened yoghurt	含糖酸奶	요구르트(가당)

乳製品 Dairy 乳製品 유제품	飲むヨーグルト (ジョア含む)		Drinkable yoghurt (incl. Yakult Joa)	饮用型酸奶(包括乳酸菌饮料)	마시는 요구르트(조아포함)
	生クリーム		Heavy cream/ whipping cream	稀奶油	생크림
調味料 Seasoning 調味品 조미료	砂糖		Sugar	白砂糖	설탕
	塩		Salt	盐	소금
	醤油		Soy sauce	酱油	간장
	味噌		Miso	味噌酱	된장
	片栗粉		Potato starch	淀粉	녹말
	ケチャップ		Tomato sauce	番茄酱	케찹
	みりん		Mirin (sweet sake)	味淋甜料酒	미린
	酒		Cooking sake	料酒	술
	こしょう		Pepper	胡椒	후춧가루

調味料 Seasoning 调味品 조미료	カレー粉		Curry powder	咖喱粉	카레가루
	中濃ソース		Tonkatsu/ okonomiyaki sauce	中浓沙司	중농소스
	ウスターソース		Worcestershire sauce	乌斯塔沙司	우스타소스
	酢		Vinegar	白醋	식초
	レモン(果汁)		Lemon (juice)	柠檬汁	레몬(과즙)
	コーンスターチ		Corn starch	玉米淀粉	옥수수 전분
その他 Others 其他 그 외	昆布だし		Kombu dashi (kelp broth)	海带高汤	다시마 맛국물
	サラダ油		Salad oil	色拉油	식용유
	焼きのり あおのり		Toasted or dried seaweed	烤海苔青海苔	구운 김·파래
	煮干しだし		Dried small sardine broth	鱼干高汤	멸치 맛국물
	かつおだし		Dried bonito broth	鲣鱼高汤	가다랑어 맛국물

その他 Others 其他 그 외	とりがらだし		Chicken stock	鸡骨高汤	닭고기 맛국물
	コンソメ		Consomme	清炖肉汤	콘소메
	いちごジャム		Strawberry jam	草莓酱	딸기잼
	マーメイドジャム		Marmalade jam	橘子酱	마멀레이드잼
	ベーキングパウダー		Baking powder	泡打粉	베이킹파우더
	ごま		Sesame	芝麻	깨
	ごま油		Sesame oil	麻油	참기름
	春雨		Bean-starch vermicelli	粉丝	하루사메
	コーンフレーク		Corn flakes	玉米片	콘후레이크
	オレンジジュース		Orange juice	橙汁	오렌지주스
	りんごジュース		Apple juice	苹果汁	사과주스

その他 Others 其他 그 외	グレープジュース 	Grape juice	西柚汁	포도주스
	寒天 	Agar	琼脂	한천
	ココアパウダー 	Cocoa powder	可可粉	코코아파우다
	こんにゃく 	Konjac	魔芋	곤약
	しらたき 	Shirataki noodle	魔芋丝	시라타키
	ゆかり(ふりかけ) 	Yukari Furikake (shiso rice seasoning)	海头红(香松粉)	유카리(후리카케)
	しそわかめ(ふりかけ) 	Shiso wakame furikake (Shiso and seaweed rice seasoning)	紫苏裙带菜(香松粉)	시소 미역(후리카케)
	せんべい(市販品) 	Sembei (Japanese rice crackers)	仙贝	센베이(쌀과자)
	あられ(市販品) 	Arare (cubic Japanese rice crackers)	煎年糕丁	아라래(쌀과자)
	クッキー(市販品) 	Cookies	曲奇	쿠키/비스킷
	ビスケット(市販品) 	biscuits	饼干	쿠키/비스킷

分類 Type 分類 분류	食材名 Food 食品原材料名称 식재료명	写真 Photo 照片 사진	チェック Check 検査画 圈 체크	英語 English	中国語 中文	韓国・朝鮮語 한국・조선어
その他 Others 其他 그 외	クラッカー(市販品)			Crackers	克力架 (苏打饼干)	크래커
	あずき			Azuki beans (red beans)	赤豆(红小豆)	팥