

食料チェック表(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) 食재료

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 일란입니다. 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 検査欄 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)
	食パン			Sandwich bread	方片面包	식빵
	コッペパン			Soft hot dog bread rolls	梭形面包	쿠페빵
	ロールパン			Bread rolls	卷面包	롤빵

1歳児用 18-24 months 1岁儿童用(18~24个月) 1살용(18~24개월)

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
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
	餃子の皮			Dumpling pastry	饺子皮	만두피
	ワンタンの皮			Wonton pastry	馄饨皮	완탄피
	中華めん			Ramen noodles	中华面	중화면
	白玉粉			Rice flour	糯米粉	백옥 가루
	ビーフン			Rice vermicelli	米面	비흔(쌀가루 건면)
	麦茶			Barely tea	麦茶	보리차

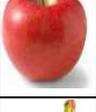
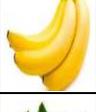
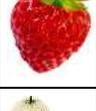
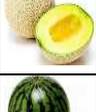
分類 Type 분류	食材名 Food 食品原材料名称 식재료명	写真 Photo 照片 사진	チェック Check 検査画 圈 체크	英語 English	中国語 中文	韓国・朝鮮語 한국・조선어
野菜類 Vegetables 蔬菜类 야채류	人参			Carrots	胡萝卜	당근
	玉葱			Onions	洋葱	양파
	じゃが芋			Potatoes	土豆 (马铃薯)	감자
	大根			White radish	长萝卜	무
	小松菜			Komatsuna (Japanese mustard spinach)	小松菜	소송채
	ほうれん草			Spinach	菠菜	시금치
	チンゲン菜			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 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
	里芋			Taros	芋艿	토란
	白菜			Chinese cabbage	白菜	배추
	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

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
野菜類 Vegetables 蔬菜类 야채류	切り干し大根			Dried daikon (radish) strips	萝卜丝干	말린 무
	ピーマン			Green peppers	青椒	피망
	にら			Garlic chives	韭菜	부추
	きゅうり			Cucumbers	黄瓜	오이
	れんこん			Lotus roots	莲藕	연근
	とうもろこし			Corn	玉米	옥수수
	コーン缶			Canned corn	罐装玉米粒	옥수수캔
	椎茸 (生、干し)			Shiitake mushrooms (fresh and dried)	香菇(生、干)	표고버섯(생것, 말린것)
	えのきたけ			Enoki mushrooms	金针菇	팽이버섯
	しめじ			Shimeji mushrooms	丛生口蘑	송이버섯

分類 Type 분류	食材名 Food 食品原材料名称 식재료명		チェック Check 検査 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	さやえんどう (絹さや)			Snow peas	豌豆菜	청대 완두
	たけのこ(水煮)			Boiled bamboo shoots	竹笋(水煮)	죽순(통조림)
	そら豆			Broad beans	蚕豆	잠두콩
	アスパラガス			Asparagus	芦笋	아스파라가스
	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
	なす			Eggplants	茄子	가지
	さつま芋			Sweet potatoes	番薯	고구마

1歳児用 18-24 months 1岁儿童用(18~24个月) 1살용(18~24개월)

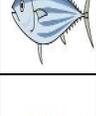
分類 Type 分類 분류	食材名 Food 食品原材料名称 식재료명	写真 Photo 照片 사진	チェック Check 検査画 圈 체크	英語 English	中国語 中文	韓国・朝鮮語 한국・조선어
野菜類 Vegetables 蔬菜类 야채류	ブロッコリー			Broccoli	西兰花	브로콜리
	カリフラワー			Cauliflowers	花椰菜	꽃양배추
	せり			Japanese parsley	水芹菜	미나리
	かんぴょう			Kampyo (dried gourd shavings)	葫芦条	박고지
果物 Fruits 果物 과일	りんご			Apples	苹果	사과
	バナナ			Bananas	香蕉	바나나
	いちご			Strawberries	草莓	딸기
	メロン			Melons	甜瓜	메론
	すいか			Watermelons	西瓜	수박

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	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(※)	
	甘夏(※)			Amanatsu (*)	甘夏蜜桔(※)	아마나쓰 (※)	
	はっさく(※)			Hassaku oranges (*)	八朔柑(※)	햇사쿠(※)	
	(※)保育園により他の柑橘類が出る場合があります。			(*)Other citrus fruits may be served depending on the daycare.			(※) 보육원에 따라 다른 감귤류가 나올 수 있습니다.
	干しぶどう			Raisin	葡萄干	건포도	
	パイナップル缶			Canned pineapple	菠萝罐	파인애플캔	
	桃缶			Canned peaches	桃肉罐	복숭아캔	
レモン			Lemon (juice)	柠檬汁	레몬(과즙)		

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 検査画 圈 체크	英語 English	中国語 中文	韓国・朝鮮語 한국・조선어
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
魚貝類 Seafood 海鮮類 어패류	たら(※)			Cod (*)	鳕鱼(※)	대구(※)
	メルルーサ(※)			Hakes (*)	无须鳕(※)	메를루사(※)
	カレイ(※)			Flounders (*)	比目鱼(※)	가자미(※)
	(※)白身魚は保育園により種類が異なります。			(*) Note that the type of white fish varies according to nursery school.	(※)各保育園会选用不同的鱼肉。	(※)흰살생선은 보육원에 따라 종류가 다릅니다.

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	さけ			Salmon	鲑鱼	연어
	ツナ(水煮缶)			Canned tuna	金枪鱼(水煮罐)	참치(통조림)
	めかじき			Swordfish	剑鱼	황새치
	あさり (水煮缶)			Canned clams	浅蜊(水煮罐)	바지락 조개(통조림)
	しらす干し			Dried whitebait	丁香鱼干	잔멸치
	かつお			Skipjack tuna	鲣鱼	가다랑어
	さんま			Saury	秋刀鱼	꽁치
	さば			Mackerel	青花鱼	고등어

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
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
	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

1歳児用 18-24 months 1岁儿童用(18~24个月) 1살용(18~24개월)

乳製品 Dairy 乳製品 유제품	チーズ		Cheese	奶酪	치즈
	バター		Butter	黄油 (奶油)	버터
	ヨーグルト		Yoghurt	酸奶	요구르트
	飲むヨーグルト		Drinkable yoghurt	饮用型酸奶	마시는 요구르트
	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
	生クリーム		Heavy cream/ whipping cream	稀奶油	생크림
1歳児用 18-24 months 1岁儿童用(18~24个月) 1살용(18~24개월)					

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・ウスターソース		Tonkatsu/ okonomiyaki sauce or Worcestershire sauce	中浓沙司、乌斯塔沙司	중농소스、우스타소스
	酢		Vinegar	白醋	식초
その他 Others 其他 그 외	コーンスターチ		Corn starch	玉米淀粉	옥수수 전분
	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
	とりがらだし		Chicken stock	鸡骨高汤	닭고기 맛국물
	コンソメ		Consomme	清炖肉汤	콘소메

その他 Others 其他 그 외	いちごジャム		Strawberry jam	草莓酱	딸기잼
	マーメレードジャム		Marmalade jam	橘子酱	마말레이드잼
	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
	グレープジュース		Grape juice	西柚汁	포도주스
	寒天		Agar	琼脂	한천

1歳児用 18-24 months 1岁儿童用(18~24个月) 1살용(18~24개월)

その他 Others 其他 그 외	ココアパウダー		Cocoa powder	可可粉	코코아파우더
	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)
	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
	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
	バニラエッセンス		Vanilla essence	香子兰精	바닐라에센스