今	ŦΠ	3年	F 1	В	ᇔ	₽Τ
TJ	TH	1 <b>5</b> +	⊢т.	л	ᄣ	ĒΙ

## 食材チェック表(離乳食・完了食用)

$\rightarrow$				
2	前			
ч	H.O.			

保育園で提供する離乳食・完了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〇をつけてください。 ご家庭で食べたことを確認した後、保育園で提供します。

月齢ごとに咀嚼(噛む・飲み込む)の発達が異なりますので、提供する食材が異なります。お子さんに該当する月齢で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。

提供開始時期が空欄の食材は1年を通して提供する食材です。また、提供開始時期は目安ですので、前後することがあります。

分類     食材名     チェック     提供開始時期       ※(うるち米・もち米・米粉)     うどん       そうめん・ひやむぎ     数       大変     玉葱       しゃが芋     大根       小松菜     ほうれん草       チンゲン菜     トマト       かぶ     かぼちゃ       キャベツ     里芋       白菜     さつま芋       タリルルーサ(※)     カレイ(※)       (※)白身魚は保育園により種類が異なります。       大豆類     豆腐       調味料     粉ミルク       昆布だし     昆布だし		5、6か月以降				
対数   大豆類	分類	食材名	チェック	提供開始時期		
表対   表		米(うるち米・もち米・米粉)				
数類   数		うどん				
大豆類						
表茶	穀類					
大豆類   日本だ    日本に		** *				
玉葱   じゃが芋   大根   小松菜   ほうれん草   チンゲン菜   トマト   かぶ   かぼちゃ   キャベツ   里芋   白菜   さつま芋   9月   たら(※)   メルルーサ(※)   カレイ(※)   (※)白身魚は保育園により種類が異なります。   大豆類   豆腐   団腐   粉ミルク   同本だし		麦茶				
玉葱   じゃが芋   大根   小松菜   ほうれん草   チンゲン菜   トマト   かぶ   かぼちゃ   キャベツ   里芋   白菜   さつま芋   9月   たら(※)   メルルーサ(※)   カレイ(※)   (※)白身魚は保育園により種類が異なります。   大豆類   豆腐   団腐   粉ミルク   同本だし		1.4				
じゃが芋       大根       小松菜       ほうれん草       チンゲン菜       トマト       かぶ       かぼちゃ       キャベツ       里芋       白菜       さつま芋       タ月       たら(※)       メルルーサ(※)       カレイ(※)       (※)白身魚は保育園により種類が異なります。       大豆類       調味料       粉ミルク       調味料		人参				
大根         小松菜         ほうれん草         チンゲン菜         トマト         かぶ         かぼちゃ         キャベツ         里芋         白菜         さつま芋         タ月         たら(※)         メルルーサ(※)         カレイ(※)         (※) 白身魚は保育園により種類が異なります。         大豆類         調味料						
小松菜         野菜       トマト         かぶ         かぼちゃ         キャベツ         里芋         白菜         さつま芋       9月         たら(※)         メルルーサ(※)         カレイ(※)         (※) 白身魚は保育園により種類が異なります。         大豆類         調味料						
### #################################						
野菜     チンゲン菜       トマト       かぶ       かぼちゃ       キャベツ       里芋       白菜       さつま芋     9月       無介類       たら(※)       メルルーサ(※)       カレイ(※)       (※)白身魚は保育園により種類が異なります。       大豆類     豆腐       調味料     粉ミルク		小松采				
野菜     トマト       かぶ       かぼちゃ       キャベツ       里芋       白菜       さつま芋     9月       たら(※)       メルルーサ(※)       カレイ(※)       (※)白身魚は保育園により種類が異なります。       大豆類       調味料       粉ミルク		はつれん早				
かぶ かぼちゃ キャベツ 里芋 白菜 さつま芋 9月  たら(※) メルルーサ(※) カレイ(※) (※)白身魚は保育園により種類が異なります。  大豆類	m <del>z ++-</del>	ナンケン采				
かぼちゃ キャベツ 里芋 白菜 さつま芋 9月 たら(※) メルルーサ(※) カレイ(※) (※)白身魚は保育園により種類が異なります。 大豆類 豆腐 調味料 粉ミルク	野采					
キャベツ       里芋       白菜       さつま芋       り月       たら(※)       メルルーサ(※)       カレイ(※)       (※)白身魚は保育園により種類が異なります。       大豆類       調味料       粉ミルク       調味料						
里芋       白菜       さつま芋     9月       たら(※)       メルルーサ(※)       カレイ(※)       (※)白身魚は保育園により種類が異なります。       大豆類       調味料       粉ミルク		かほちゃ				
白菜       さつま芋     9月       無介類     たら(※)       カレイ(※)     (※)白身魚は保育園により種類が異なります。       大豆類     豆腐       調味料     粉ミルク						
さつま芋 9月						
たら(※) メルルーサ(※) カレイ(※) (※)白身魚は保育園により種類が異なります。  大豆類 豆腐  粉ミルク						
メルルーサ(※)       カレイ(※)       (※)白身魚は保育園により種類が異なります。       大豆類       調味料       粉ミルク		さつま芋		9月		
メルルーサ(※)       カレイ(※)       (※)白身魚は保育園により種類が異なります。       大豆類       調味料       粉ミルク		+-i (%)				
無介類     カレイ(※)       (※)白身魚は保育園により種類が異なります。       大豆類     豆腐       調味料     粉ミルク						
(※)白身魚は保育園により種類が異なります。	 					
大豆類     豆腐       調味料     粉ミルク	黒川 規	ハレイ(水)	トロチャン	・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・		
ス立類   粉ミルク		(水)ロダ黒は休月圏に	より性短り	<u>、共なりまり。</u>		
ス立類   粉ミルク						
日本だ!	大豆類	立				
日本だ!	=m =± vivi	粉ミルク				
その他 昆布だし	調味料	160 31.				
ての心	スのル	昆布だし				
	てい他					

	7、8か月」	<b>以降</b>	
分類	食材名	チェック	提供開始時期
	スパゲッティ		
	マカロニ		
穀類	小麦粉		
	パン粉		
	もやし		
	わかめ		
野菜	ひじき		
_,,,,	なす		7月
	ブロッコリー		11月
	11 / -		
	りんご		4 🗆
	いちご メロン		4月
	すいか		6月 7月
果物			
木彻	 型		
	柑橘類(みかん・いよかん・甘夏・はっさく)(※)		8月後半
	(※)保育園により他の村		 !スことがありま <sup>:</sup>
	(水)体育圏により他の作	11的なり、口	10000000
	鶏肉(もも・むね・ささみ)		
	鶏ひき肉		
肉類	豚もも肉		
	豚ひき肉		
<b>A</b> 人籽	さけ、水土(水煮ケ)		
魚介類	ツナ(水煮缶)		
ឥព	 卵黄		
卵	71-73		

	7、8か月以降				
分類	食材名	チェック	提供開始時期		
	大豆(水煮缶)				
大豆類	高野豆腐				
八立双	きなこ				
	チーズ				
乳製品	バター				
	砂糖				
	塩				
l	醤油				
調味料	味噌				
	上 片栗粉				
	ケチャップ				
その他	サラダ油				
	焼きのり・あおのり				

	9~11か月以降				
分類	食材名	チェック	提供開始時期		
卵	全卵				
	4. 郊 /=田7田 円)				
乳製品	牛乳(調理用)				

	完了食以	人降	
分類	食材名	チェック	提供開始時期
	中華めん		
	白玉粉		
穀類	ビーブン		
1,27,30	餃子の皮・ワンタンの皮		
	<u> </u>		
	にんにく		
	しょうが		
	しょうが ねぎ		
	ごぼう		
	切り干し大根		
	ピーマン		
	にら		
	きゅうり		
	ラゆうり ## /# エロ		
	椎茸(生、干し) えのきたけ		
	えのさたけ		
	しめじ		4.5
	さやえんどう(絹さや)		4月
野菜	たけのこ(水煮)		5月
	そら豆		5月
	アスパラガス		5月
	さやいんげん		6月
	オクラ		7月
	とうがん		7月
			<u> 7月</u>
	とうもろこし		<u>7月</u>
	れんこん		10月
	カリフラワー		11月
	せり		1月
	かんぴょう		3月
	コーン缶		
	T. 20102		
	干しぶどう		
	パイナップル缶		
	<u> </u>		
果物	バナナ		
	さくらんぼ		6月
	レモン(果汁)		
<b>→</b> ** <b>=</b>	豚肩ロース		
肉類	ベーコン		
	14 1.18 4		
	めかじき		
	あさり(水煮缶)		
	さくらえび しらす干し		
魚介類	しらず十し		
	かつお		5月
	さんま		10月
			10月

	完了食以	<b>人降</b>	
分類	食材名	チェック	提供開始時期
卵	マヨネーズ		
دان			
	油揚げ		
	厚揚げ		
大豆類	おから		
	豆乳		
	牛乳(飲用)		
	スキムミルク		
乳製品	ヨーグルト		
1000	飲むヨーグルト 生クリーム		
	生グリーム		
	7.117		
	みりん		
	酒		
調味料	こしょう カレー粉		
可りやヘイイ	中濃ソース・ウスターソース		
	<u>中濃ノーへ・ソスターノーへ</u> 酢		
	Ħr Ħr		
	コーンスターチ		
	コーンスターチ 煮干しだし		
	かつおだし		
	とりがらだし		
	コンソメ		
	コンソメ いちごジャム		
	マーマレードジャム		
	ベーキングパウダー		
	ごま		
	ごま油		
	春雨		
	コーンフレーク		
	コーンフレーク オレンジジュース		
その他	りんごジュース		
	グレープジュース		
	寒天		
	ココアパウダー		
	こんにゃく・しらたき		
	ゆかり(ふりかけ)		
	しそわかめ(ふりかけ)		
	せんべい(市販品)		
	クッキー(市販品)		
	ビスケット(市販品)		
	クラッカー(市販品)		11 🗆
	あずき バニラエッセンス		11月
	ハーフエッセンス		12月

## 食材チェック表(1歳児用)

名前

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〇をつけてください。 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。

提供開始時期が空欄の食材は1年を通して提供する食材です。また、提供開始時期は目安ですので、前後することがあります。

分類	食材名	チェック	提供開始時期
73700	米(うるち米・もち米・米粉)	, _,,	DC D (DIDA : 179)
	うどん		
	そうめん・ひやむぎ		
	数		
	パン(食パン・コッペパン・ロールパン)		
	スパゲッティ		
	マカロニ		
穀類	小麦粉		
****	パン粉		
	餃子の皮・ワンタンの皮		
	中華めん		
	ウェ粉 ウェ粉		
	<u>白玉粉</u> ビーフン		
	麦茶		
	友		
	人参		
	<u>入</u> 参 玉葱		
	じゃが芋		
	大根		
	小松菜		
	ほうれん草		
	チンゲン菜		
	トマト		
	かぶ		
	かぼちゃ		
	キャベツ		
	里芋		
	白菜		
野菜	もやし		
封木	わかめ		
	ひじき		
	にんにく		
	しょうが		
	ねぎ		
	ねぎ ごぼう		
	切り干し大根		
	ピーマン		
	にら		
	きゅうり		
	椎茸(生、干し)		
	えのきたけ		
	しめじ		
	Cuic		

分類	食材名	チェック	提供開始時期
	さやえんどう(絹さや)		4月
	たけのこ(水煮)		5月
	そら豆		5月
	アスパラガス		5月
	さやいんげん		6月
	オクラ		7月
	とうがん		7月
	枝豆		7月
野菜	とうもろこし		7月
打米	なす		7月
	さつま芋		9月
	れんこん		10月
	ブロッコリー		11月
	カリフラワー		11月
	せり		1月
	かんぴょう		3月
	コーン缶		
	りんご 干しぶどう		
	干しぶどう		
	パイナップル缶		
	桃缶		
	バナナ		
	バナナ いちご		4月
	さくらんぼ		6月
果物	メロン		6月
	すいか		7月
	ぶどう		7月
	梨		8月後半
	柑橘類(みかん・いよかん・甘夏・はっさく)(※)		
	(※)保育園により他の村	甘橘類が出	ぱることがあります。
	レモン(果汁)		

分類	食材名	チェック	提供開始時期
73 75	鶏肉(もも・むね・ささみ)	, -, ,	195 IV [M] ME E.J M]
	鶏ひき肉		
	豚肉(もも・肩ロース)		
肉類	<u> </u>		
	ベーコン		
	たら(※)		
	メルルーサ(※)		
	カレイ(※)		
	(※)白身魚は保育園に	より種類が	「異なります」
	さけ	いり上次の	20070070
	ツナ(水煮缶)		
67 A NOT	めかじき		
魚介類	あさり(水煮缶)		
	さくらえび		
	しらす干し		
	かつお		5月
	さんま		10月
	さば		10月
	7.5		
	卵黄		
ឥព	全卵		
卵	マヨネーズ		
	豆腐		
	大豆(水煮缶)		
	高野豆腐		
	きなこ		
大豆類	油揚げ		
	厚揚げ		
	おから		
	豆乳		
	チーズ		
	バター		
	ヨーグルト		
乳製品	牛乳(調理用)		
	牛乳(飲用)		
	スキムミルク		
	飲むヨーグルト		
	生クリーム		
	<u> </u>		

分類	食材名	チェック	提供開始時期
	砂糖		
	塩		
	醤油		
	味噌		
	片栗粉		
	ケチャップ		
調味料	みりん		
በ/ባ <sup>የ</sup> ፖለ ተተ	酒		
	こしょう		
	カレ一粉		
	中濃ソース・ウスターソース		
	コーンスターチ		
	昆布だし		
	サラダ油		
	焼きのり・あおのり		
	煮干しだし		
	かつおだし		
	とりがらだし		
	コンソメ		
	いちごジャム		
	マーマレートンヤム		
	ベーキングパウダー		
	ごま		
	こま油		
	春雨		
その他	コーンフレーク オレンジジュース		
	オレンシンュース		
	りんごジュース		
	グレープジュース		
	寒天		
	ココアパウダー		
	こんにゃく・しらたき ゆかり(ふりかけ)		
	しそわかめ(ふりかけ)		
	せんべい(市販品)		
	クッキー(市販品)		
	ビスケット(市販品)		
	クラッカー(市販品)		
	あずき		11月
	バニラエッセンス		12月