

食品の種類チェック表

きたあやせこころ保育園

児童名	心 太郎	2017年 4月 22日 生まれ	(男) (女)
-----	------	------------------	---------

・2回食べたことのある食品に○を、食物アレルギーで食べられないものに×、宗教上食べられないに△を、食品名につけてください。

〔記入例〕

食品の種類
○米・△パン・うどん
△肉・鶏肉
△卵・卵白・全卵

食品群	食品の種類				
	ゴックン期 (5~6か月頃)	モグモグ期 (7~8か月頃)	カミカミ期 (9~11か月頃)	パクパク期 (12~18か月頃)	乳児期
主食	○米			○パン ○春雨	○雑穀(きび・黒米) ○押し麦・もち米(赤飯・餅・おはぎなど)
		○食パン ○惣菜 ○麺(うどん・そうめん)	○麺(スパゲッティ・マカロニ)		○中華麺(ラーメン・焼きそばなど)・○白玉餃子 ○皮類(餃子・しゅうまい・ワンタン・春巻き)
芋類	○じゃがいも・○さつまいも				○芋・○こんにゃく(しらたき)
緑黄色野菜	○ほうれん草・○人参・○トマト・○南瓜・○ブロッコリー			○ピーマン(パプリカ) ○チンゲン菜 ○さやいんげん・○さやえんどう ○アスパラガス・○セリ	○にら・○水菜・○三つ葉・○大クラ・○ネ(ゆかり)
淡色野菜	○玉ねぎ・○白菜・○キャベツ・○かぼち・○きゅうり			○とうもろこし・○たまご・○もやし ○セリ・○カリフラワー ○レタス ○えだまめ・○グリーンピース	○かんぴょう(みそ汁・お寿司・お巻などに含まれる) ○しょうが・○にんにく ○ごぼう・○れんこん
きのこ類				○きのこ類	
海藻類	○昆布(だし用)		○わかめ(湯のり・焼きのり)	○わかめ・○ひじき	○わかめ
豆類	○大豆	○大豆(高野豆腐・きな粉)		○大豆類(納豆・油揚げ・厚揚げ)	○あずき(ささげ・あんこ)
種実類				○ごま	
果物類			○バナナ ○りんご	○柑橘類(オレンジ・みかん) ○グレープフルーツ・レモン ○いちご(いちごジャム) ○いちじく(ぶどう) ○りんご ○りんごジャム ○マーマレードジャム	○パイナップル
魚介類	○かれい	○しらた	○鮭・○たら	○かつおぶし ○かつお(まぐろ・かつお)	○あじ・○まはら・○むら・○まぐろ(かじき) ○しんじゆ ○さば・○えび・○たけのこ ○いわし ○ささぎ・○あじ
肉類		○鶏肉	○豚肉		○豚肉・○ベーコン・○ウインナー
卵類					○卵
乳類	○スキムミルク(粉ミルク)		○チーズ・○生乳(調理用) ○ヨーグルト	○牛乳(飲用)	○生クリーム・○カルピス
油脂類				○油 ○バター	
調味料他		○片栗粉	○しょうゆ・○味噌 ○トマトケチャップ	○塩・○砂糖(食卓用) ○料理酒・○小麦粉 ○ベーキングパウダー ○赤ちゃんせんべい ○ワイルド ○寒天(アガー) (寒天ゼリー含む) ○ノンユックマヨネーズ	○米干し ○カレー粉 ○シチューパウダー ○お菓子(米菓子・せんべい(塩・醤油)) ○ピンケット・○クッキー ○マカロン ○コーンフレーク・○ココア ○その他菓子類

※丸パン・野菜パンは卵不使用のため、食パンに○が付けば使用可能とします。
 ※上記の食材の他に季節の食材が献立に入ることがございます。主な食材としてメロン(6月~8月)、スイカ(7月~8月)、梨(9月~11月)、柿(10月~11月)、菜花(3月~4月)等の季節の食材に関しては、献立表を確認し事前にお試しいたぎますようお願いいたします。
 ※ () 内に複数の食材が表記されている場合、いずれかの食材をお試しいたぎますようお願いいたします。