

# 離乳食・食材チェック表

いなべ市公立園

- ★園で使用する食材です。ご家庭で最低2回以上食べる体験を済ませた食材名の左側に○印をつけてください。
- ★月齢に関わらず、ご家庭で食べたことのある食材(ベビーフード等を含む)は、全てチェックしてください。
- ★季節の食材は、提供時期の目安を記載しました。
- ★毎月1日にお渡しするので、その月の5日までにチェックして園に提出してください。

【 組 園児名 】

初期 (5~6か月頃)	穀類・芋類	野菜・果物類		たんぱく質類		その他	
	米(10倍粉5分粉)	たまねぎ	キャベツ	しらす干し(塩抜き)		昆布だし	
	じゃがいも	にんじん	だいこん・かぶ	豆腐		片栗粉	
	さつまいも(10月~)	かぼちゃ	はくさい(11月~)			麦茶(薄めて)	
		ブロッコリー					

☆上記食材が摂取可能になったので、園で初期食をスタートします。確認 年 月 日 保護者 氏名

中期 (7~8か月頃)	穀類・芋類	野菜・果物類		たんぱく質類		その他	
	米(7倍粉7分粉)	トマト	ほうれん草	鶏むねミンチ	高野豆腐	かつおだし	
	うどん・そうめん	きゅうり・とうかん	小松菜	めかじき	ツナ水煮		
	麩	なす		鮭			

☆上記食材が摂取可能になったので、園で中期食をスタートします。確認 年 月 日 保護者 氏名

後期 (9~11か月頃)	穀類・芋類	野菜・果物類		たんぱく質類		その他	
	米(5倍粉全粉)	ねぎ	バナナ	豚ミンチ	きな粉	しょうゆ	植物油
	さといも(9月~)	チンゲンサイ	オレンジ	さわら		みそ	バター
	はるさめ		りんご(加熱)	かつお節		砂糖	赤ちゃん用せんべい
						ケチャップ	

☆上記食材が摂取可能になったので、園で後期食をスタートします。確認 年 月 日 保護者 氏名

完了期 (12~18か月頃)	穀類・芋類	野菜・果物類		たんぱく質類		その他	
	米(軟飯)	もやし	しいたけ	鶏肉(もも・むね・ささみ)	牛乳(飲用)	ごま油	ごま
	マカニスマティ	切干大根	みかん(缶)	豚肉	ヨーグルト	ウスターソース	寒天(ゼリー等で)
		コーン	もも(缶)	牛ミンチ	チーズ	酢	ベーキングパウダー
		にら	ジャム	ぶり(1月)	大豆(水煮)	コンソメ	赤ちゃん用ビسケット
		ひじき			豆乳	中華だし・鶏がらだし	赤ちゃん用ポーロ
		わかめ			おから	塩	赤ちゃん用ウエハース
	のり・あおのり				マヨネーズ・ノンマヨネーズ		

☆上記食材が摂取可能になったので、園で完了期食をスタートします。確認 年 月 日 保護者 氏名

1歳児食 (18か月頃)	穀類・芋類	野菜・果物類		たんぱく質類		その他	
	米(ご飯)	ピーマン	ごぼう	牛肉	魚肉練り製品	黒砂糖	ココア
	中華麺	オクラ(7~9月)	れんこん(11月)	ハム	油揚げ	みりん	100%ジュース
	ビーフン	しょうが	まいたけ	ウインナー		料理酒	しそふりかけ
			しめじ	ベーコン			
		レモン果汁					

☆上記食材が摂取可能になったので、園で1歳児食をスタートします。確認 年 月 日 保護者 氏名

## 【園 受取確認】

受取日	3/	4/	5/	6/	7/	8/	9/	10/	11/	12/	1/	2/
確認印 (園長又は主任)												