

# 給食食材確認表

給食を提供するにあたり、ご家庭で食べていない食材は園で提供することができません。  
 お子様が園で初めて口にすることがないように、ご家庭でお試しく下さい。

・・・確認事項・・・

- ★園で提供する食材・アレルギーを起こしやすい食材を中心に載せています。
- ★園で提供を受けるまでに必ずご家庭で食べさせて様子を見てあげてください。
- ★◎印のついている食品は季節食材ですので、手に入る時期にお試しく下さい。

<b>初期</b> <small>月齢:5~6ヶ月                      大きさ:すりつぶし                      調理形態:ヨーグルト状</small>	穀類	野菜・果物・海藻類		たんぱく質類	その他
	米(10倍かゆ)	じゃがいも	ブロッコリー	豆腐	昆布だし
	食パン(パン粥)	さつまいも	ほうれん草	しらす干し	かつおだし
		かぼちゃ	白菜	かれい	片栗粉
		にんじん	キャベツ	たら	ほうじ茶
		玉ねぎ	バナナ		
		大根	りんご		
		オレンジ			

<b>中期</b> <small>月齢:7~8ヶ月                      大きさ:サイコロ3~5mm                      調理形態:豆腐状                      (舌でつぶせる硬さ)</small>	穀類	野菜・果物・海藻類	たんぱく質類		その他
		とうもろこし(パースト)	さけ	きな粉	しょうゆ
		ピーマン	ツナ缶(水煮)	ヨーグルト	みそ
		なす	鶏肉	牛乳(加熱)	塩
		きゅうり	卵(黄身・固ゆで)		砂糖(上白糖)
		小松菜			おこさませんべい
		チンゲン菜			
		◎スイカ			
		ぶどう			
		◎梨			
	メロン				
	青のり				

例:『ハイハイン』、『がんばれ! 野菜家族』、『アンパンマンのベビーせんべい』など

<b>後期</b> <small>月齢:9~11ヶ月                      大きさ:サイコロ5~7mm                      調理形態:コロコロ状                      (歯ぐきでつぶせる硬さ)</small>	穀類	野菜・果物・海藻類		たんぱく質類	その他
		里芋	えのき	豚肉	油(炒め油)
		オクラ	しめじ	牛肉	
		トマト	しいたけ	卵(全卵・加熱)	
			いちご		
			ひじき		

<b>完了期食</b> <small>月齢:12ヶ月~                      大きさ:きざみ1cm                      調理形態:歯ぐきで噛める硬さ</small>	穀類	野菜・果物・海藻類		たんぱく質類	その他
	ホットケーキミックス	ごぼう	にんにく	牛乳(非加熱)	酢
		たけのこ	生姜	鶏レバー	みりん
		れんこん	パイン		調理酒
		いんげん	みかん		カレー粉
		もやし	黄桃		煮干しだし
		パプリカ	白桃		ゼラチン
		アスパラ	わかめ		ココア
		ねぎ	のり		
		にら	寒天		
	グリーンピース	ごま			

<b>普通食</b>	たんぱく質類		その他	
	さば	ぶり	揚げ物	はちみつ
	さわら	えび		黒糖
	あじ	かに		
ここに記載のない食材も提供する場合がありますので、園での提供を受けるまでに必ずご自宅で食べさせて様子を見てあげてください。 症状が出た場合、原因食材がわかりにくくなるため、必ず一日一品目ずつおためしください。(はちみつ・黒糖は1歳を過ぎてからお試しく下さい)				