

離乳食食材調査票

氏名

出生日: 20 年 月 日

記入日: 20 年 月 日

アレルギー: 有 ・ 無

アレルギー食材名:

食べたことのある食材はチェック欄に○をつけてください。

段階	食 材		チェック	調理方法
離乳食・初期	穀物	米		だしの風味を生かす
	野菜	野菜		
	いも類	じゃがいも・さつまいも		
	豆	豆腐		
	魚	白身魚(かれい・たら)		
中 期	穀物	食パン		だし・しょうゆで薄く味付け
		麺類(うどん・そうめん)		
	魚	しらす		
	肉	鶏肉		
		豚肉		
	果物	りんご		
バナナ				
乳	ヨーグルト			
後 期	穀物	パスタ・マカロニ		味噌・砂糖・バター・ケチャップが追加され、薄く味付け
	魚	ツナ		
	卵	卵		
	果物	オレンジ		
	乳	牛乳		
	海藻	のり・わかめ・ひじき		
完 了 期	肉	牛肉		さまざまな味付けと調理方法(焼く・炒める・揚げるなど)
	魚	白身魚(鮭・赤魚)		
		青身(さば・あじ・さんま・さわら・いわし)		
		赤身(ぶり・まぐろ・かつお)		
		えび		
		練り製品(ちくわ・はんぺん・かまぼこ・なると)		
	卵	生卵使用品(マヨネーズ・フレンチドレッシング・ゴマドレッシング)		
	果物	キウイフルーツ		
		もも		
他	ゼラチン			
	ごま			

※主に園で使用する食材です。