食事調査票

提出4

名前　　さん

（一時預かり用・給食提供の場合に提出） 西暦　　年　　月　　日生　　歳　　ヶ月

＜食事調査票（食材等チェック）について＞

保育所の離乳食で使用する食材や、食物アレルギーを起こしやすい食材を中心に記載しています。
ご家庭で2回以上食べたら〇を記入してください。目安の月齢を参考にご家庭での離乳食を進めましょう。
完了期までの食材すべてに〇がついてから（硬さや形状のめやす含む）、給食・おやつをお出しいたします。
アレルギー反応があった場合には医師の診断を受けていただきますようお願いいたします。
その他、空欄にはご家庭で食べたものを記入してください。参考にいたします。

	穀類		たんぱく質食品		野菜類・果物類		その他	
初期	おこめ		白身魚		ジャガイモ	かぶ	片栗粉	
	うどん		しらす		南瓜	小松菜	昆布だし	
	そうめん		とうふ		サツマイモ	キャベツ	かつおだし	
	食パン		麩		にんじん	チンゲンサイ		
					大根	なす		
5～6ヶ月					たまねぎ	バナナ		
	硬さ・形状のめやす				きゅうり	みかん		
	おこめ…10倍粥～				ほうれん草	オレンジ		
	おかず…ポタージュ状～				白菜	りんご		
	離乳食を飲み込んだり				トマト	すいか		
	舌触りや味に慣れましょう				ブロッコリー			

	穀類		たんぱく質食品		野菜類・果物類		その他	
中期	マカロニ		鶏　ささみ		ツナ	グリーンピース	砂糖	
			鶏　ひき肉		納豆	ピーマン	醤油	
			鶏　もも肉		きなこ	ぶどう	味噌	
			鮭		チーズ	なし	わかめ	
7～8ヶ月					牛乳　調理用		のり	
	硬さ・形状のめやす				卵黄　固ゆで		ハイハイン	
	おこめ…7倍粥～				ヨーグルト		子どもビスケット	
	おかず…絹ごし豆腐：舌でつぶせる・とろみ						子どもウエハース	
	3、5ミリ・米粒くらい～						子どもせんべい	
	味や香り、食感を体験しましょう						ボーロ	

	穀類		たんぱく質食品		野菜類・果物類		その他	
後期	スパゲッティ		豚　ひき肉		さといも	はるさめ	ケチャップ	
	ビーフン		豚　もも肉		レンコン	ホールコーン	マヨネーズ	
	蒸しパン		卵　全卵		オクラ	ひじき	ゼリー	
					きのこ類	寒天	サラダ油	
9～11ヶ月	**硬さ・形状のめやす**				ねぎ		みりん	
	おこめ…5倍粥～軟飯				もやし		酢	
	おかず…バナナ：歯茎でつぶせるくらい～				いんげん			
	おおきめのものはちぎる・ほぐす				きぬさや			
	手づかみ食べができる・スティック状				イチゴ			
	いろいろな形状にチャレンジしましょう							

	穀類		たんぱく質食品		野菜類・果物類		その他	
完了期	中華麺		鯖		牛　ひき肉	ごぼう	カレー粉	
	ロールパン		赤魚		牛　こま切れ	たけのこ	コンソメ	
	コーンフレーク		カレイ		ベーコン	しょうが	中華だし	
			はんぺん		ハム	にんにく	ゼラチン	
			かまぼこ		ウインナー	やまいも	ドレッシング	
			ちくわ		牛乳　飲用	もも	ごま	
					乳酸飲料	メロン	ごま油	
1歳頃～	**硬さ・形状のめやす**				生クリーム	かき	バター	
	おこめ…軟飯～ご飯				あげ	パイン	ゆかり	
	おかず…肉だんご：前歯でかじれる～					フルーツ缶	こんにゃく	
	手でつまみやすい形						昆布	
	色・形・感触・香りなど五感を刺激しましょう						料理酒	
	いろいろな食材や調理法にトライしましょう						オリーブオイル	

※全ての食材を家庭で2回以上食べている場合は、下記に〇付けをお願いします（この場合上記全てに〇付けは不要）。
完了期までの食材すべてに〇がついてから（硬さや形状のめやす含む）、給食・おやつをお出しいたします。

☐ **完了期（硬さ・形状含め）であり、上記すべての食材について家庭で2回以上食べている。**