

駒沢わこう保育園 食事調査表

アレルギー 無・有（ ） 園児名： 生年月日： 年 月 日

	初期		中期		後期・完了期				
ごはん 形態	重湯		10倍粥		軟飯		その他	油	
	つぶし粥		7倍粥		ご飯			ごま油	
			5倍粥					オリーブオイル	
小麦製品 パン・麺			そうめん		食パン・ロールパン			塩	
			うどん		中華めん			みそ	
					スパゲティ・マカロニ			しょうゆ	
芋類	じゃがいも（片栗粉）		里芋					酒	
	さつまいも							みりん	
野菜類	にんじん		なす		小松菜			砂糖	
	たまねぎ		きゅうり		チンゲン菜			酢	
	大根		ピーマン		アスパラ			ホットケーキ粉 （ベーキングパウダー）	
	キャベツ		カリフラワー		いんげん				
	ほうれん草		レタス						
	かぼちゃ								
	白菜								
	トマト								
	ブロッコリー								
	かぶ								
藻類			焼きのり		わかめ				
			青のり		ひじき				
					こんぶ				
					寒天				
果物類	バナナ		いちご		柿				
	りんご		みかん		もも				
肉類			鶏肉		豚肉・ゼラチン				
魚類	かれい		鮭						
	しらす		ツナ						
卵類			卵黄		全卵				
豆類	豆腐		納豆		豆乳				
	きな粉		高野豆腐						
乳類			ヨーグルト		牛乳（加熱）				
					チーズ				
その他	かつお・昆布だし		ごま						
			かつお節						

家で食べたことのある食材に☑を付けてください。裏面までチェックをし最後にご署名をお願いします。

これはあくまで目安です。食品の進め方については保育士・栄養士と相談して進めていきましょう。

離乳食を作るにあたり、かつお・昆布だしを使用します。

離乳食期間中は家で食べたことのあるものから園での提供をしていますが、

普通食になると食べたことのない食品でも提供するようになります。

（材料名に☆マークがついているものは家で2回食べてから提供します。普通食になる前に試してください。）

※ 野菜類に限り後期食から食べたことのないものでも離乳食で使用していきます。（アレルギー児除く）

※ アレルギー児は家で2回食べたことのある食材のみ提供します。

※ 黒砂糖・はちみつ・牛乳（非加熱）は満1歳を過ぎるまでは与えないでください。

※ ベビーフードや加工品に記載の原材料にもチェックをお願いします。

離乳食期間中・アレルギー児は、子どもの発達に合わせて食事調査表を返却します。

ご不明点ありましたらお気軽に相談ください。