

【1】離乳食 食材チェック表

【食材チェック表の進め方】

離乳食希望の方は【1】離乳食を、普通食希望の方は【2】普通食の食材チェック表に沿って進めてください。

(以下、離乳食について)

- 食べたことのある食材に○を記入して、返却してください
 (1歳児クラスは月齢を鑑みて中期までの食材を入園までにお試しく下さい)
 保育園の離乳食で使用する食材ならびに食物アレルギーを起こしやすい食材を記載しています。赤字は食物アレルギーを発症しやすい特定原材料8品目及び特定原材料に準ずるもの20品目を基準とする食品です。家庭で2回以上試して問題ないことを確認してください。ベビーフードなどで試していただいても構いません。
- 毎月、献立表の配信と同時にこの用紙をお渡しします。試した食材が増えていたら追加の○を記入して返却してください。

離乳食のステップアップは現段階の食材の○印がすべてついてからになります。

【例：7か月のお子様は初期（5～6か月）の食材がすべて確認がとれてから保育園で中期食（7～8か月）を開始】
 月齢はあくまで目安であり、発達の状況に応じて離乳食の進み具合を対応していきます。

- 離乳食の○印が全てついた後、普通食の食材チェック表も同じように進めてください。

手元に食材チェック表がない場合、コードモン資料室にて確認いただけます。

離乳食で確認した食品も含まれます。お手数ですが再度○を記入してください。

※ 5～6か月のお子様で保育園の離乳食をご希望の方はおかゆからのスタートとなります。

※ 確認欄のない食材については食物アレルギー発症のリスクが低い理由から確認はとりません。

各月齢の区分になりましたら保育園で提供します。心配な場合は事前にご家庭で試していただくようお願いいたします。

※ 月齢にかかわらず、ご家庭で食べたことのある食材にはすべて○印をしてください。

食物アレルギーのリスクが高く特定原材料表示義務のある「卵・乳・小麦・エビ・カニ・落花生・くるみ・そば」を初めて食べる場合、登園前の朝の摂取は控え、体調の良いときに試してください。

	穀類・いも類	○印	野菜	果物	○印	たんぱく質食品類	○印	調味料・その他
	初期 (5～6か月)	うどん※3 食パン※3 米(おかゆ) じゃがいも さつまいも 片栗粉		人参・玉ねぎ・キャベツ トマト・ブロッコリー 大根・きゅうり・かぼちゃ・ カリフラワー・アスパラガス 冬瓜・ほうれん草・レタス・ 裏ごしコーン・白菜・小松菜・ チンゲン菜・かぶ	バナナ オレンジ りんご※1 みかん		白身魚(鯛、鱈など) しらす 豆腐・豆乳(加熱)	
中期 (7～8か月)	里芋 麩 そうめん		ピーマン なす	いちご いよかん ぶどう		鶏肉 ※2 鮭 ツナ(水煮) 納豆 きなこ 牛乳(加熱) ヨーグルト 高野豆腐		鶏がらだし 青のり
後期 (9～11ヶ月)	小麦粉 スパゲッティ マカロニ 春雨 ホットケーキミックス		オクラ	メロン すいか		豚肉 ※2 かじき 全卵 大豆(水煮) チーズ ゼラチン 鶏(レバー)		砂糖・醤油・味噌 トマトケチャップ わかめ・寒天 ひじき
完了期 (12～18か月)			ねぎ ズッキーニ	みかん缶		さば はんぺん 小豆		油 バター ジャム

※1 果物そのものは提供しませんが、加工品(ベビーフードなど)は提供するので確認をお願いします。

※2 保育園ではひき肉での提供になります。

※3 「小麦」についてはうどんと小麦たんぱく質の含有量が高い食パンを試していれば摂取可能とみなし提供します。

※ 保育園で提供する食材に沿って作成してありますが、記載のない食材についても必要に応じて提供します。

【2】普通食 食材チェック表

(以下、普通食について)

① 食べたことのある食材に○を記入して、返却してください。

下記の食品（赤字は特定原材料8品目及び特定原材料に準ずる20品目の基準となる食品）について

家庭で2回以上試し、アレルギー症状がでないことを確認してください。

確認欄のない食材については心配な場合は事前にご家庭で試していただくようお願いいたします。

② 全てに○印がつかないと給食・おやつ[※]の提供は致しかねます。お弁当をご持参ください。

③ その他、食物アレルギーの心配がある方はご相談ください。

食物アレルギーのリスクが高く特定原材料表示義務のある「卵・乳・小麦・エビ・カニ・落花生・くるみ・そば」を初めて食べる場合、登園前の朝の摂取は控え、体調の良いときに試してください。

	穀類・いも類	○印	野菜	果物	○印	たんぱく質食品類	○印	きのこ類
	普通食	小麦粉		人参・玉ねぎ	りんご		鶏肉	
やまいも			キャベツ・トマト	バナナ		大豆(水煮)		えりんぎ
白米・うどん			ブロッコリー	オレンジ		鮭		しいたけ
食パン・バターロール			カリフラワー・かぼちゃ	もも缶 ※1		牛乳(飲用)		まいたけ
スパゲッティ			アスパラガス・大根	レモン		全卵		マッシュルーム
マカロニ・ピーマン			かぶ・冬瓜・きゅうり	甘夏		豚肉		えのき
コーンフレーク			コーン・ほうれん草	みかん		さば		なめこ
麩・そうめん			レタス・小松菜・白菜	いちご		えび		きくらげ
ホットケーキミックス			チンゲン菜・ピーマン	いよかん		牛肉		
マロニー・中華麺			パプリカ・なす	メロン		いか ※4		
白玉粉・上新粉			オクラ・もやし	すいか		白身魚(鱈・鯛)・しらす		
じゃがいも・里芋			長ネギ・にら・パセリ	ぶどう		かじき・ぶり・さわら		
さつまいも・春雨			ズッキーニ・セロリ	ゆず		ツナ・はんぺん・ちくわ		
片栗粉・糸こんにゃく			グリーンピース・三つ葉	パイン缶		かまぼこ・さつまあげ		
			さやいんげん・ごぼう			ベーコン・ウインナー		
		れんこん・たけのこ			ハム・なると			
		にんにく・生姜・セリ			豆腐・豆乳・高野豆腐			
					納豆・きなこ・小豆			
					厚揚げ・油揚げ・甘納豆			
					ヨーグルト・チーズ			
					スキムミルク・生クリーム			
					アイスクリーム			

	調味料	その他	○印
	普通食	ごま油・塩・ソース	かつおだし・鶏がら
	マヨドレ・酢・みりん	砂糖・醤油・味噌	ゼラチン
	コンソメ・カレー粉	トマトケチャップ	ココナッツ※3
	カレールウ・シチュールウ	サラダ油・バター	ココア・のり・寒天
	黒砂糖(黒みつ)※2	マーガリン・塩こうじ	わかめ・ひじき・昆布
	はちみつ※2	チリソース・料理酒	ほうじ茶・麦茶・うめ
	オイスターソース		のりたま・かつおぶりかけ
	オリーブオイル		ゆかりぶりかけ・たくあん
			さくらの塩漬け

クラスによって提供の違う食材	○印
キウイ	3歳児クラス以上
生パイン	3歳児クラス以上
生りんご	2歳児クラス以上
梨	2歳児クラス以上
柿	2歳児クラス以上
むきえび	2歳児クラス以上
するめいか	3歳児クラス以上

上記の食材は提供するクラスが異なります。お子様の年齢が該当する場合、チェックをしてください。年齢に満たない方は進級の際に、再度確認を行いますのでご家庭で進めておいてください。

※1 生のももやジュースでも構いません。

※2 乳児ポツリヌス症の恐れがあるため、1歳以降から提供します。

※3 ココナッツの含まれる加工品(お菓子など)で構いません。

※4 いかの身そのものは誤嚥の危険性があるため、加工食品等(いかエキス含む)で確認してください。

※ 特定原材料(8品目)及び特定原材料に準ずるもの(20品目)のうち、

そば・落花生・カニ・クルミ・アーモンド・カシューナッツ・マカダミアナッツ・いくら・あわびについては保育園では提供しません。

※ 保育園で提供する食材に沿って作成していますが、記載のない食材・菓子類についても必要に応じて提供していきます。

※ 食物アレルギー児への誤食防止のため、マヨネーズは使用しません。