

離乳食等についての確認表

しまのうちこども園

【 氏名 】
 【 生年月日 】 令和 年 月 日

※園では、月齢に応じて下記のような食品を提供します。離乳食をスムーズに進めていくために、段階が上がる前にご家庭で試すようにして下さい。

※特に、太字の食品は人によってアレルギーの心配がある為、必ずご家庭で試していただき、担任にお知らせ下さい。

月齢	5・6か月頃(初期)	7・8か月頃(中期)	9～11か月頃(後期)	12か月頃～(完了)
調理形態	滑らかにすりつぶした状態 (うらこし・すりつぶし・おろし)	舌でつぶせる固さ (細かいみじん切り・粗つぶし・固形)	歯ぐきでつぶせる固さ (粗いみじん切り・粗つぶし・固形)	歯ぐきで噛める固さ
固さの目安となるもの	ポタージュくらい	絹ごし豆腐くらい	指でつぶせるバナナ くらい	肉団子くらい

食品名(試した食品に○を付けて下さい)

穀類	つぶしがゆ・うどん	全がゆ 雑	全がゆ～軟飯 食パン・ビスタ(マクロニ)	軟飯～ご飯
野菜・果物 いも類	煮いんご・トマト・かぼちゃ じゃがいも・さつまいも たまねぎ・にんじん・大根	アスパラ ナス バナナ	やまいも(お好み焼き等) にら ねぎ	ごぼう れんこん たけのこ クリームコーン
	きゅうり・きやべつ 小松菜・ちんげんさい	オクラ	ピーマン	レーズン
	ほうれん草・ブロッコリー	オリーブ	いんご	
魚	白身魚(カレイ・タラなど) 昆布(だし)	じゃこ・かつお節・わかめ	ツチ	鮭・さば・いか ぶり・さわら
肉		といて肉ミンチ 牛ミンチ 豚ミンチ	レバー	ベーコン ウインナー
豆腐・大豆製品	豆腐	納豆	きな粉	大豆
卵			卵 (料理やおやつに使うつなぎ)	卵(主にしたもの) マヨネーズ
牛乳・乳製品		バター	チーズ・ヨーグルト(無糖) 牛乳(料理に使用)	牛乳(沸かし) 牛乳(生)
調味料等		しょうゆ・味噌・酢 砂糖・油	カレー粉 ココア	カールルカ
園で提供する おやつ等	麦茶	ハイハイソ お子さませんべい	かぼちゃポーチ (卵・小麦粉不使用)	マリー・アンパンマンせんべい い・動物ビスケットなど

* 下記の果物は季節に応じて完了期から園で提供します。

アレルギー症状の出る果物もありますので、必ずご家庭で試して○をつけてください。

《 いちご ・ もも ・ みかん ・ すいか ・ メロン ・ なし ・ さくらんぼ ・ ぶどう ・ 柿 》