

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**はアレルギー反応が出やすい食材ですので、ご家庭で試す時には、ご注意ください。

※食べた後に体に変化が合った場合は、必ずお知らせください。

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 (うらごし・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 糰	全がゆ～軟飯 食パン・パスタ(マカロニ)	軟飯～ご飯
野菜・果物	煮りんご・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	やまいも(お好み焼き等) にら	ごぼう れんこん
いも類	きゅうり・きゃべつ 小松菜・ちんげんさい ほうれん草・ブロッコリー	バナナ オレンジ オクラ ずいごま	ねぎ ピーマン	たけのこ クリームコーン レーズン りんご
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	ツナ	鮭・さば・いか ぶり ・さわら
肉		とりにん 牛ミンチ 豚ミンチ	レバー	ベーコン ウィンナー
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(主にしたのもの) 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	カレールウ
園で提供するおやつ等	麦茶	ハイハイン お子さませんべい	かぼちゃポーロ (卵・小麦粉不使用)	マリー・アンパンマンせんべい・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 》