

## 使用食材確認表【中期～後期】

この表は保育園で主に使用する食材です。

※ご自宅で2回以上試したことのある食材のチェック欄に「✓」をご記入ください。

※次の離乳食の段階に進む前に新たに増える食材を試していただけるようお願いいたします。

(完了期に進む際は別紙の使用食材一覧表をお渡しします)

					氏名	生年月日				
					保護者氏名					
	食材	中期	後期	チェック		食材	中期	後期	チェック	
穀物	米	○	○		肉類	鶏肉	○	○		
	うどん	○	○			豚肉		○		
	ソーメン	○	○		魚介類	タラ	○	○		
	スパゲッティ		○			サケ	○	○		
	麩	○	○			カレイ	○	○		
野菜類	キャベツ	○	○			ツナ		○		
	玉ねぎ	○	○		豆製品	豆腐	○	○		
	白菜	○	○			高野豆腐	○	○		
	きゅうり	○	○		果物類	バナナ		○		
	大根	○	○			オレンジ		○		
	なす	○	○			いよかん		○		
	もやし		○			りんご		○		
	かぶ	○	○			みかん		○		
	とうもろこし	○	○			梨		○		
	かぼちゃ	○	○			柿		○		
	人参	○	○		調味料	かつおだし	○	○		
	トマト	○	○			昆布だし	○	○		
	ほうれん草	○	○			片栗粉	○	○		
	小松菜	○	○			醤油	○	○		
	チンゲン菜	○	○			塩		○		
	オクラ	○	○			酒		○		
	ブロッコリー	○	○			砂糖		○		
	グリーンピース	○	○			味噌	○	○		
	冬瓜	○	○			みりん風調味料		○		
				ベビーコンソメ		○	○			
芋類	じゃが芋	○	○							
	さつま芋	○	○							