

離乳食チェック表

< さくらんぼ 組 >

さん

(記入日 平成 年 月 日)

(平成 年 月 日 生まれ)

現在の調理形態について○をしてください。

- ・すりつぶし
- ・きざみ
- ・粗きざみ
- ・ひとくち大
- ・スティック状

米の形態について○をしてください。

- ・おもゆ
- ・おかゆ
- ・軟飯
- ・ごはん

*だし汁については、昆布、いりこ、かつお節を使用しています。

ご家庭で食べた食材からお出しするようにしています。自宅食べた食品に○を書いてください。

品目	食品名	
穀類	米	
	小麦製品	
	中華麺	
いも類	じゃがいも	
	さつまいも	
	長いも	
魚介類	白身魚	
	しらす干し	
	青身魚	
	貝類	
	えび	
	いか	

品目	食品名	
卵類	卵黄	
	全卵	
大豆類	豆腐	
肉類	鶏ささみ	
	鶏肉	
	豚肉	
	牛肉	
油、調味料	砂糖	
	サラダ油	
	カレールウ	
種実類	ごま	

品目	食品名	
果物	りんご	
	バナナ	
	キウイフルーツ	
乳類	牛乳	

野菜類はこんなものを使います。

- * 人参 * 玉葱 * ほうれん草
- * 小松菜 * 南瓜 * ごぼう
- * キャベツ * 白菜 * 大根
- * トマト * きゅうり * ピーマン
- * なす * レタス * ブロッコリー

など

上記以外でも月齢や季節に応じて使用する食材があります。ご了承いただき提供することに不安がある食材がある場合はご相談ください。裏面もご覧ください。

左の品目が食べられたら、右の食品も食べられるものとします。表面の確認表の注意点についても書いてあります。

品目	食品名
小麦類	麩、スパゲティ、マカロニ、パン、うどん、そうめん (パン、中華麺、スパゲティの中には油も含まれています。)
いも類	里芋 長芋は、お好み焼き等に使われています。
魚介類・白身魚	からすかれい、赤魚
魚介類・青身魚	シーチキン、かつお節、さば、あじ、ししゃも
貝類・甲殻類	いか、えびはエキスでも可、カニカマも有り
卵類	マヨネーズ
大豆類	しょうゆ、きな粉、納豆
肉類	鶏レバー
調味料	塩、味噌、みりん、料理酒、ソース類 コンソメ、クリームシチューミックス、ハヤシルウ
果物	みかん類、いちご、ぶどう、メロン、すいか、梨、柿
乳類	ヨーグルト、バター、チーズ 牛乳については、冷たい牛乳でお試ください。