

～ 食材表 ～

羽根木こども園

アレルギーが出やすい食材

ご家庭で1回以上試してください。試しましたら、✓をお願いします。

ご家庭で2回以上試していただき、試した日にちを記入してください

令和 年 月 日生（入園日 歳 カ月 男・女 ）

クラス： 名前：

初期		中期		後期		完了期	
食 品	チェック	食 品	チェック	食 品	チェック	食 品	チェック
米		かれい		ツナ		れんこん	
じゃがいも		かじき		かんてん		ごぼう	
さつまい		納豆		わかめ			
かぼちゃ		ピーマン・パプリカ		もやし			
人参		グリーンピース・絹さや		のり・ひじき			
小松菜		いんげん		しめじ			
ほうれん草		えだまめ		えのき			
白菜		オクラ		なめこ			
キャベツ		アスパラ		チンゲン菜			
玉葱		ねぎ					
大根		なす					
きゅうり		コーン(缶詰可)					
トマト		だし汁（かつお）					
しらす							
ブロッコリー							
だし汁（昆布）							
				調味料		調味料	
季節もの（時期は変動することがあります）				しょうゆ		中華だし(鶏ガラ)	
かぶ（4月、5月、10月～3月）				みそ		みりん	
いちご（4月、5月、12月～3月）				コンソメ		酒	
ぶどう（5月～11月、シーズンは1年通して）				ケチャップ		ソース	
すいか（6月～8月）				酢		カレールー	
梨（8月～10月）				砂糖		ハヤシルー	
柿（9月～12月）				塩		黒糖	
みかん（9月～3月）				油			

※園では、上記の食品を中心に離乳食を進めていきます。

進行表で未だ食事（試し）をしていない食品がありましたら食事形態の移行までに一度ご家庭で食事（試し）をしていただくようご協力お願いいたします。
現在お試し済み、またはお試しになった食材は空欄にチェック(✓)をお願いします。
※離乳食から乳児食に移行しましたら、チェックがなくても食べたことを前提とし食材を提供させていただきます。

アレルギーが出やすい食材			確認日		アレルギー 症状の有無	備考
			1回目	2回目		
初期 （5ヶ月になったら）	穀類	小麦（パン・うどん等）			有 ・ 無	
	大豆	大豆製品（豆腐等）			有 ・ 無	
中期 （7ヶ月になったら）	魚類	鱈（タラ）			有 ・ 無	
		鮭（サケ）			有 ・ 無	
	肉類	鶏肉			有 ・ 無	
	芋	里芋			有 ・ 無	
	果物	バナナ			有 ・ 無	
		りんご			有 ・ 無	
		メロン			有 ・ 無	4月～10月旬
		もも			有 ・ 無	缶詰可
後期 （9ヶ月になったら）	乳製品	プレーンヨーグルト			有 ・ 無	ベビーダノン可
		チーズ・バター			有 ・ 無	
		牛乳を用いた加熱料理			有 ・ 無	
	肉類	豚肉			有 ・ 無	
		ゼラチン			有 ・ 無	粉ゼラチン
	果物	オレンジ			有 ・ 無	
完了期 （12ヶ月になったら）	たまご	卵黄			有 ・ 無	
		全卵			有 ・ 無	
	乳製品	非加糖牛乳（飲用）			有 ・ 無	
	甲殻類	エビ			有 ・ 無	
		カニ			有 ・ 無	カニカマ可
	魚類	鯖（サバ）			有 ・ 無	
	果物	パイナップル			有 ・ 無	缶詰可
	ごま	ごま			有 ・ 無	
					有 ・ 無	

※そばやナッツ、キウイ、生卵等は特にアレルギーが出やすい食材のため、当園では使用しません。

当園で使用しているマヨネーズは卵不使用のマヨネーズ風ドレッシングです。酢と油を試されましたら、使用させていただきます。

※鶏卵に関しては卵黄を少量(小さじ1/3程度)からお試しください。