

保育園の離乳食・移行食で使われている食品の種類です。
 今までに食べさせたことのある食品と調理方法に○をつけてください。

食 品 群 名		食 品 名	調 理 方 法
穀 類	米	米	おもゆ 粥 (三・五・七・全) 軟飯 ご飯
	めん類	マカロニ	焼く 煮る
	その他	焼き麩 ワンタンの皮	その他:
い も 類	いも類・加工品	じゃがいも さつまいも さといも でんぷん (片栗粉) 春雨 (いも類)	裏ごし つぶす きざむ 煮る
豆 類	大豆・大豆製品	大豆 味噌	裏ごし つぶす 煮る
魚 類	魚・加工品	白身魚 (タラ ヒラメ カレイ タイ 等) 赤魚 (さけ まぐろ かつお 等) かつお節 (だし用)	煮る 焼く その他:
肉 類		豚ひき肉 鶏ひき肉 ささみ	スープ 裏ごし つぶす きざむ
野 菜 類	緑黄色野菜	人参 ほうれん草 かぼちゃ ブロッコリー トマト チンゲン菜 小松菜 かぶの葉	スープ 裏ごし おろす きざむ 煮る 炒める 生のまま
	その他の野菜	たまねぎ キャベツ きゅうり 白菜 かぶ 大根 もやし なす ねぎ ピーマン カブの葉	スープ 裏ごし おろす きざむ 煮る 炒める 生のまま
藻 類		わかめ のり ひじき 昆布 (だし用)	
調 味 料		しょうゆ 塩 みそ 鶏ガラ コンソメ (チキン ビーフ)	

※ 移行食となってから加わる食材
 鶏肉 豚肉 牛肉 長ネギ ごぼう れんこん セロリ モロヘイヤ たけのこ しいたけ(きのこ類)
 オクラ 牛乳 乳製品 卵 長ネギ 青魚 (あじ さんま ししゃも さば 等) するめ 厚揚げ
 油揚げ 切り干し大根 ツナ きなこ 高野豆腐 パン フルーツ全般 砂糖 酢 みりん ごま油
 ケチャップ カレー粉 バター マヨネーズ (卵未使用) トマトピューレ
 菓子類 (ビスケット類 いもチップス せんべい きなこ棒)

※ このほかに食べさせたことがある食品がありましたらご記入下さい。

時間	活動の様子 (食事・睡眠・遊び)	食事内容 (メニュー・量)	授乳 (母乳・ミルクの量)
5:00			
6:00			
7:00			
8:00			
9:00			
10:00			
11:00			
12:00			
13:00			
14:00			
15:00			
16:00			
17:00			
18:00			
19:00			
20:00			
21:00			
22:00			
23:00			
0:00			
1:00			
2:00			
3:00			
4:00			
※特記事項			