

2023年度食材進行表

花の木保育園

生年月日： 年 月 日 名前：

ご自宅で食べた食材にレ点を入れてください。連絡ノートファイルに入れて毎日持ってきてください。

	初期食(ごっくん期)	中期食(もぐもぐ期)	後期食(かみかみ期)	完了食(ぱくぱく期) 準備として 12か月過ぎたら	乳児食
月齢 目安	5～6か月くらい	7～8か月くらい	9～11か月くらい		
炭水化物	米	うどん			
	じゃがいも	そうめん			
	さつまいも	食パン			
	かぼちゃ	スパゲティー			
野菜・果物など	人参	もやし	桃(缶)		
	かぶ	チンゲン菜	パイナップル(缶)		
	大根	レタス	柑橘類(オレンジなど)		
	ほうれん草	ピーマン	りんご		
	小松菜	きゅうり	バナナ		
	トマト				
	キャベツ				
	玉ねぎ				
	白菜				
	ブロッコリー				
たんぱく質	ごっくん期 園では使用しません。	豆腐	卵黄1/2個分★	全卵1/2個分	揚げ物
		納豆	ツナ缶	牛乳温(50cc)	
		豆類(金時豆など)	ごま	↓	
		きな粉	鮭	牛乳冷(50cc)	
		鶏ひき肉		加工食品を (ちくわ・油揚げ・ベーコン・ひじきなど) 園では提供しません。 献立食材表をご確認下さい。	
		豚ひき肉			
		ヨーグルト			
		粉チーズ			
		白身魚			
しらす					
調味料	昆布だし	味噌	バター		
	麦茶	しょうゆ	コンソメ		
		ケチャップ	油		
		塩			
		砂糖			
		かつお節だし			

◆アレルギーの心配のあるお子様は担任・看護師・栄養士にご相談ください。

◆1歳を過ぎてから、ご自宅で温牛乳から試していただいた後冷牛乳を試してください。

◆成長過程において肉・魚・野菜などの大きさ、調理法など配慮して提供しています。

◆完了食(ぱくぱく期)以降は乳幼児献立と同じ食材を使用します。

◆完了食(ぱくぱく期)にステップアップ後は献立の材料をご確認の上、心配な食材はご家庭でお試しいただきますようご協力をお願い致します。

★完了食(ぱくぱく期)にステップアップの準備として卵黄1/2個分(加熱)をご自宅でお試しいただき。