

離乳食食材確認表

- は、初期で食べられるもの
- は、中期で食べられるもの
- は、後期で食べられるもの

氏名

クラス

様式9-2

		離乳期	初期	中期	後期
		アレルギー	アレルギーと診断されたら○を書いてください。	アレルギーと診断されたら○を書いてください。	アレルギーと診断されたら○を書いてください。
炭水化物	米				
	食パン				
	小麦粉				
	うどん				
いも類	じゃがいも				
	さつまいも				
魚	白身魚（タラ）				
肉	鶏ささみ				
豆腐/大豆製品	絹ごし豆腐				
	きな粉				
	高野豆腐				
	味噌				
牛乳・乳製品	プレーンヨーグルト				
	（スキムミルク）				
野菜	かぼちゃ				
	人参				
	大根				
	ほうれん草				
	冬瓜				
	キャベツ（6ヶ月以降）				
	カリフラワー				
	ブロッコリー				
	トマト				
	たまねぎ				
	小松菜				
	きゅうり				
ナス					
果物	りんご				
	みかん				
	バナナ				
	すいか				
海藻	わかめ（少量）				
おかし	ウエハース				
	ボーロ				
	あかちゃんせんべい				