

食材チェックリスト

名前 _____

※問題なく(アレルギー症状等なく)食べることができたら、口に✓を入れてください。
 ※一時預かり保育のお子さまは、給食が必要な際はご予約時に食材チェックリストの写真を必ず送ってください。
 ※月極保育のお子さまは、毎週末に持ち帰り、翌週に提出してください。

前期食	穀物	チェック	野菜・果物	チェック	野菜・果物	チェック	肉・魚類	チェック	その他	チェック
	10倍粥		じゃがいも		チンゲン菜		しらす		麦茶	
	うどん		さつまいも		トマト		白身魚		豆腐	
	そうめん		かぼちゃ		きゅうり				味噌	
	食パン		人参		なす				こんぶだし	
			玉ねぎ		白菜				片栗粉	
			大根		りんご				きな粉	
			小松菜		バナナ					
			きゃべつ							
			ブロッコリー							
			ほうれん草							

中期食	7倍粥		ピーマン		みかん		ツナ缶		かつおだし	
	スパゲッティ		パプリカ		いちご		鶏肉		いりこだし	
	マカロニ		里芋		スイカ		鶏レバー		砂糖	
	中華麺		もやし		なし		牛肉		塩	
	麩				桃		ささみ		ケチャップ	
	ホットケーキミックス				メロン		チーズ		しょうゆ	
	赤ちゃんせんべい				ぶどう				ヨーグルト	

後期食	全粥						納豆		卵黄	
							鮭		バター	

きざみ・完了食	穀物	チェック	野菜・果物	チェック	肉・魚類	チェック	その他	チェック	その他	チェック
	軟飯		ごぼう		豚肉		ごま油		春雨	
	もち米		たけのこ		牛レバー		オリーブオイル		こんにゃく	
	コーンフレーク		しょうが		ハム		サラダ油		寒天	
	小豆		にんにく		ベーコン		ソース		わかめ	
	野菜・果物				ウィンナー		酒(料理酒)		ひじき	
	にら				練り物		みりん		のり	
	オクラ				まぐろ		酢		ごま	
	れんこん		肉・魚類		イカ		カレールウ		全卵	
	ねぎ		たこ		えび		牛乳		マヨネーズ	
	とうもろこし		アジ		あさり		生クリーム		コンソメ	
	山芋		サバ		イワシ		きのこ類		鶏ガラだし	