

給食食材チェック表

氏名 _____

記入日 _____ 年 _____ 月 _____ 日

給食・おやつで提供しますので、園で初めて口にする食材がないようにご家庭で複数回食べておいて下さい。アレルギー反応の有無を確認することが目的です。

保育園で使用する食材を中心に記載していますが、記載のない食材も幅広くお試しください。

※給食の提供区分に関係なく、ご家庭で食べた事のある食材は、全て○をしてください。

※一度提出後、この表を更新する場合は、食べた日付を記入してください。分からない場合は記入日で結構です。

給食の提供	食材名	日付	食材名	日付	食材名	日付	食材名	日付
全てチェックが入ると保育園で後期食が食べられるもの	米(ご飯、せんべいなど)		大根		ブロッコリー		バナナ(生)	
	小麦(うどん、麺など)		かぶ		グリーンピース		リンゴ(生)	
			トマト		絹さや、インゲン		オレンジ、柑橘類(生)	
	じゃがいも		ピーマン、パプリカ					
	さつまいも		きゅうり		大豆製品(豆腐、納豆など)		顆粒だし	
	かぼちゃ		なす		豆乳		砂糖	
	人参		小松菜、チンゲン菜		タラ		しょうゆ	
	玉ねぎ、		ほうれん草		カレイ		みそ	
	長ネギ、万能ねぎ		もやし		鶏肉		かたくり粉	
	キャベツ		レンコン		しらす			
	白菜		アスパラ		乳製品(ヨーグルト、チーズなど)			
	冬瓜		カリフラワー					

全てチェックが入ると保育園で幼児食が食べられるもの	とうもろこし		ひじき		洋ナシ(缶でも可)		ソース	
	菜の花、春菊		海苔、あおさ		パイナップル(缶でも可)		酢	
	しめじ		ごま		桃(缶でも可)		料理酒、みりん	
	えのき		パセリ		ブドウ(レーズンも可)		コンソメ	
	舞茸				柿(生)			
	長芋、里芋		豚肉		梨(生)		ココア	
	オクラ		ハム、ウインナー		イチゴ(生)		寒天	
	ごぼう		かつお節		スイカ、メロン(生)		ゼラチン(ゼリーなど)	
	たけのこ		鮭		キウイ(生)			
	しょうが		鯖				カレー	
	ニラ		ツナ缶		卵黄		揚げ物(フライなど)	
	こんにゃく		エビ		卵白		牛乳(生)	

以下は、1歳半までにお試しください。

食品そのものでなくても、加工品やお菓子などの原材料に含まれていることがありますのでパッケージ裏の原材料表示をご参考になしてください。

(例: ココナッツ→ハーベスト、はちみつ→こつぶっこ、落花生→キャラメルコーン、イカ・カニ→えびせん)

1歳半までに試して欲しいもの	牛肉		ココナッツ		そば		※はちみつ	
	カニ		くるみ		梅干し			
	イカ		落花生(ピーナッツ)		魚卵			
			アーモンド					

※はちみつは、1歳を過ぎてからお試しください。