食物アレルギー確認表

園児名＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿　　生年月日＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

園の給食に使用する食材で、食物アレルギーを起こしやすい食材を中心に記載しています。
目安の月齢になると給食で提供しますので、ご家庭で2回以上は試していただくようお願いいたします。
ご家庭で食べた後、問題がなかった**日付を必ず記入し、変更（追加）があった場合は、担任に一言ご連絡ください。**

初期(生後5，6か月ごろ)		
		日付
乳	ヨーグルト	
小麦	うどん	
	食パン	
大豆	豆腐	
果物	バナナ	
	リンゴ	

中期(7、8か月ごろ)		
		日付
卵	卵（全卵）	
乳	牛乳（加熱）	
小麦	パン（原材料に卵を含む）	
肉	鶏肉	
	豚肉	
果物	オレンジ	

後期(9～11か月ごろ)		
		日付
肉	牛肉	
魚	さけ	
大豆	大豆（納豆）	
野菜	やまいも	
種実	ごま	

完了期(生後12か月ごろ～)		
		日付
卵	マヨネーズ	
乳	牛乳（未加熱）	
	生クリーム	
	チーズ	
甲殻類	えび（加熱）	
	かに（加熱）	
魚類	さば	
	いか	
果物	もも	
	キウイフルーツ	
他	ゼラチン	

そば・くるみ・落花生（ピーナッツ）・アーモンド・カッシューナッツ・あわび・松茸・いくらは、保育園では提供しません。

保育園の給食で出る食材の一覧表です。参考にしてご家庭でも食べ進めてください。

初期（5.6か月）10倍がゆ		中期（7, 8か月）5倍がゆ		後期（9～11か月）軟飯		完了（1歳～）	
分類	食材	分類	食材	分類	食材	分類	食材
穀類	米	穀類	パン粉	野菜	ピーマン	穀類	中華麺
	食パン		麩		アスパラ		黒パン
	そうめん	野菜	もやし		いんげん		ロールパン
	うどん		なす	肉類	牛肉		スパゲッティ
野菜	じゃがいも		ブロッコリー	魚介類	ツナ		マカロニ
	さつまいも		オクラ		マグロ		しゅうまい・ワンタン皮
	かぼちゃ		クリームコーン		サケ	野菜	パセリ
	大根		ズッキーニ		かつお節		枝豆
	ニンジン	果物	いちご	完了（1歳～）			とうもろこし
	キャベツ		みかん				パプリカ
	きゅうり		オレンジ	分類	食材		ゴマ・すりごま
	たまねぎ	肉類	鶏肉　むね	大豆類	油揚げ		ネギ
	ほうれん草		鶏肉　ささみ		生揚げ		ごぼう
	白菜		鶏肉　もも		さつまあげ		レンコン
	小松菜		豚　もも肉		ちくわ		筍
	チンゲン菜		豚　ひき肉	調味料	酢・みりん・酒		生姜
	トマト	魚介類	じゃこ		白ワイン・赤ワイン		ニンニク
	カブ	大豆類	豆乳		カレー粉・カレールー		なめこ
	グリンピース		おから		ソース		椎茸
果物	バナナ		大豆（水煮缶）		マヨドレ		えのき
	リンゴ		高野豆腐		胡椒		しめじ
魚介類	たい		きな粉	ナッツ類	アーモンド		コーン缶
大豆類	豆腐	卵	全卵	乳製品	牛乳（飲用）	果物	スイカ
乳製品	ヨーグルト	乳製品	チーズ		バター・生クリーム		メロン
調味料	粉ミルク		牛乳（加熱）	その他	ジャム		グレープフルーツ
その他	昆布だし	調味料	砂糖		こんにゃく		パイン缶
	赤ちゃんせんべい		塩		春雨		黄桃缶
	麦茶		醤油		わかめ		みかん缶
	かつおだし		味噌		こんぶ		レーズン
			片栗粉		もずく	肉類	ベーコン
			ケチャップ		メープルシロップ		ハム
		その他	ひじき		福神漬け		ウインナー
			焼きのり	魚貝類	エビ	魚貝類	鯖・鰆・ブリ
			青のり		イカ		ししゃも・カレイ
					ホタテ		さくらえび
					かまぼこ		カニカマ