

名前：

離乳食確認表

		前期食 (5~6ヶ月頃)	中期食 (7~8ヶ月頃)	後期食 (9~11ヶ月頃)	完了期食 (12~18ヶ月頃)	幼児食 (13ヶ月頃~)
調理形態		すりつぶした状態	舌でつぶせる硬さ	歯茎でつぶせる硬さ	歯茎で噛める硬さ	歯で噛める硬さ
穀類	穀類	10倍粥	7倍粥	5倍粥 → 軟飯	ご飯	
	パン	パン粥		食パン		
	麺類		うどん・そうめん	マカロニ	焼きそば麺・中華麺 スパゲッティ	
	その他	麩	小麦粉		パン粉・上新粉	白玉粉・コーンフレーク ホットケーキミックス
芋類		じゃがいも さつまいも・片栗粉		春雨		
たんぱく質	肉類		鶏ささみ	鶏肉・豚肉	ハム・ベーコン・ウインナー	
	魚介類	かれい	さけ・たら・まぐろ しらす・ツナ・かつお節	かじき・赤魚・さわら ぶり・さんま・いわし あじ	さば・かまぼこ ちくわ・かに風味かまぼこ ホタテ水煮	いか燻製
	卵			卵		
	豆類	豆腐	大豆・枝豆	納豆	油揚げ・豆乳	きな粉・小豆
	乳類		ヨーグルト	加熱用チーズ・バター	牛乳・非加熱用チーズ	生クリーム・飲むヨーグルト
野菜		人参・大根・小松菜 ほうれん草・玉ねぎ かぼちゃ・トマト コーン	かぶ・キャベツ・チンゲン菜 ブロッコリー・カリフラワー アスパラガス・きゅうり 白菜・なす・冬瓜・もやし ズッキーニ・ピーマン	さやいんげん	ごぼう・れんこん・ねぎ 豆苗・水菜・セロリー にんにく・にら・生姜 パセリ	
果物			りんご・バナナ・オレンジ いちご・スイカ・メロン 梨・桃缶・みかん ぶどう果汁・さくらんぼ果汁	パイナップル キウイフルーツ	レモン果汁	
きのこ類				しいたけ・えのき しめじ・まいたけ	マッシュルーム	
海藻類			わかめ・のり・寒天	昆布・ひじき		
調味料等		麦茶	油・味噌・砂糖・塩・醤油 トマトピューレ	ごま油・酢・めんつゆ コンソメ・かつおだし 鶏ガラだし・ケチャップ ごま	こしょう・料理酒・みりん マヨネーズ(卵なし) 中濃ソース・ウスターソース オイスターソース デミグラスソース・カレー粉	カレールウ・ハヤシルウ シチュールウ・天かす はちみつ・メープル マシュマロ・ココア ベーキングパウダー
備考						揚げ物・午後おやつ開始

- ・2回以上食べた食材を二重線で消して下さい。
- ・アレルギー反応が出やすい食品を赤字で記入してあります。
- ・ベビーフードや調理済み食品などに記載されているエキスや食材も2回以上食べた食材に含まれます。