

【食品調査票】

調	査	月	日

氏名： _____ / _____ 年 _____ 月 _____ 日生

※ 離乳食提供の参考にさせていただきますので、食べたことのある食品に ○ をつけて下さい。
下記にない食品でも、食べたことのある食品があれば、空いているところにご記入ください。

月齢の目安		～6か月頃 ごっくん	7～9ヶ月頃 もくもく	10～12か月頃 かみかみ	12か月～ はくばく		
糖質	穀類	10倍がゆ (すりつぶし)	7倍がゆ (つぶあり、ゆるめ)	軟飯	ごはん	スパゲッティ	
			うどん		コーン	マカロニ	
			麩		小麦粉		
	いも類	じゃがいも	片栗粉		里芋	はるさめ	
		さつまいも					
	たんぱく質	豆類	豆腐	きなこ		納豆	厚揚げ
					油揚げ	高野豆腐	
魚介類			タラ			サバ	アジ
			サケ			イワシ	ツナ(油漬)
			ツナ(水煮)			サンマ	
						ちくわ	
肉類				鶏ささみ	豚ひき肉	鶏コマ	ロースハム
				鶏ひき肉		豚コマ	ソーセージ
		卵類				卵	
			乳類			牛乳(加熱)	牛乳(飲料)
						ヨーグルト	
脂質		種実類				チーズ	
					ごま		
	油脂類					サラダ油	
						ごま油	
					バター		
					マーガリン		
ビタミン類	野菜類	ほうれん草	ブロッコリー		たけのこ	いんげん	
		小松菜	カリフラワー		ごぼう	きゅうり	
		キャベツ	なす		モロヘイヤ	ピーマン・パプリカ	
		白菜	チンゲン菜		うめ	れんこん	
		にんじん	菜の花		レタス(加熱)	切干大根	
		大根	もやし		グリーンピース	ねぎ	
		かぼちゃ	トマト		きぬさや	にんにく	
	きのこ類	かぶ	たまねぎ		オクラ	しょうが	
					なめこ	エリンギ	
					しめじ	しいたけ	
	果物類	りんご	オレンジ		梨	すいか	
		バナナ			もも(缶詰)	メロン	
みかん				パイナップル(缶詰)	いちご		
藻類		ひじき			あおのり		
		わかめ			刻みのり		
味付け	だし	昆布	かつお節				
			煮干し				
	調味料		しょうゆ			マヨネーズ	シチュー・カレーのルウ
			砂糖			コンソメ	お酢
			みそ			中華だし	めんつゆ
	塩			中濃ソース	和風だし		
				焼肉のたれ	ココアパウダー		
その他	菓子類		赤ちゃんせんべい		フルーチェ	りんごジャム	
					ウエハース	杏仁豆腐	
					ポーロ	あんこ	
					ゼリー	マーマレードジャム	
	飲料	湯冷まし	麦茶		いちごジャム	ブルーベリージャム	