

# 『離乳食』 食品摂取状況調査表

※ 保育園では、アレルギー等の心配のない食品を離乳食に提供します。  
 (網掛けの食品については、ご家庭で食べてアレルギー等の心配がなければ離乳食に提供します。  
 そのほかの食品については、ご家庭で食べていなくても、保護者様と相談して保育所で進めていきます。)

※ お菓子(おやつ)は、個々の離乳食やミルクの摂取状況に応じて提供します。  
 ※ 保育園の離乳食で使用する主な食品を月齢ごとに示しましたので、お子さんがご家庭で食べたものについて、  
 食品名横の口にチェックをお願いします。

児童名 \_\_\_\_\_  
 ( 年 月 日生)

調査月日					
月齢					

ゴックン期(生後5、6か月頃)			
固さの目安…なめらかにすりつぶした状態			
穀類	おかゆ		にんじん
	食パン		かぼちゃ
	うどん		トマト
	麩		ブロッコリー
いも類	じゃがいも		ほうれんそう
	さつまいも		こまつな
	さといも		チンゲンサイ
豆類	豆腐		キャベツ
			白菜
種実類			きゅうり
			たまねぎ
			大根
			かぶ
魚介類	たら		りんご
	かれい		バナナ
	しらす		もも
肉類			いちご
			さくらんぼ
			すいか
			メロン
卵類			梨
			ぶどう
乳類			みかん
油脂類		藻類	こんぶだし
調味料			

モグモグ期(生後7、8か月頃)			
固さの目安…舌でつぶせる固さ			
穀類			ピーマン
			アスパラガス
			さやいんげん
			もやし
いも類			なす
			ねぎ
豆類			
種実類			
魚介類	さけ		
	かつおだし		
肉類	鶏ささみ		
卵類	鶏卵(卵黄)		
乳類	無糖ヨーグルト		
油脂類		藻類	
調味料	しょうゆ		
	みそ		

カミカミ期(生後9～11か月頃)			
固さの目安…歯ぐきでつぶせる固さ			
穀類	軟飯		とうもろこし
			しいたけ
			しめじ
			えのきたけ
いも類			なめこ
			エリンギ
豆類			
種実類	ごま		
魚介類	ツナ		
肉類	鶏肉		
	豚肉		
	牛肉		
卵類	鶏卵(全卵)		
乳類	牛乳(調理用)		
油脂類	サラダ油	藻類	わかめ
	ごま油		ひじき
	バター		
調味料			

モグモグ期(生後12～18か月頃)			
固さの目安…歯ぐきで噛める固さ			
穀類	ご飯		
	中華麺		
	スパゲティ		
いも類	ながいも		
豆類	大豆		
種実類			
魚介類	あじ		
	いわし		
	さば		
	さわら		
	さんま		
	いか		
肉類	えび		
	かに		
	ハム		
卵類	ベーコン	藻類	
	ウインナー		
乳類			カレールウ
	牛乳(飲料用)	調味料	
油脂類	マヨネーズ		