

# 給食食材チェック表

記入日 年 月 日

名前

保育園の食事で使用する食材を中心に記載しています。

保育園で食べる食事は初めての食材がないように会津若松市より指導されています。

※給食開始時、園で初めての食材を食べることのないようにしてください。

※食べた食材にチェックしてください。

	穀類	チェック	野菜・果物	チェック	野菜・果物	チェック	たんぱく質食品	チェック	その他	チェック
前期	米 (10倍かゆ)		じゃがいも		キャベツ		豆腐		昆布だし	
	小麦		さつまいも		ピーマン		きなこ		かつおだし	
	うどん		かぼちゃ		きゅうり		しらす		野菜だし	
	そうめん		人参		なす		たら		かたくり粉	
			大根		白菜		たい			
			かぶ		みかん					
			玉ねぎ		バナナ					
			小松菜		りんご					
			ほうれん草							
			チンゲン菜							
			トマト							
			ブロッコリー							
中期	マカロニ		いんげん		アスパラ		納豆		砂糖	
	ロールパン		絹さや		カリフラワー		豆乳		しょうゆ	
	麩		もやし		いちご		鮭		みそ	
	ベーキングパウダー		にら				カジキ		サラダ油	
	食パン						まぐろ		ごま油	
			さといも				ツナ水煮缶		ケチャップ	
			枝豆				鶏肉		バター	
							ヨーグルト(無糖)			
							卵黄		わかめ	
							おから		赤ちゃんせんべい	
後期	ホットケーキ粉		とうもろこし		オレンジ		あじ		マヨネーズ	
	クラッカー				柿		いわし		ソース	
	ビスケット		おくら		梨		さば		酢	
	ビーフン		しいたけ		スイカ		さわら		みりん	
	スパゲティ		えのきたけ		メロン		さんま		料理酒	
	ワンタン		しめじ		もも		ぶり		鶏ガラスープ	
			切り干し大根		レーズン		ツナ油漬缶		コンソメ	
			レタス				ホタテ缶		ごま	
							豚肉		こんにやく	
							全卵		ひじき	
完了	中華めん		ごぼう				油揚げ		カレー粉	
	もち米		たけのこ				厚揚げ		揚げ物	
			しょうが (おろし)				桜でんぶ		ゼラチン	
			にんにく (おろし)				ウィンナー		寒天	
			れんこん				ベーコン		ココア	
			ねぎ				牛乳		バター	
							生クリーム		アイスクリーム	
							ほっけ			
							チーズ			
						ちくわ				