

# 名前

---

## 幼児食 チェックリスト

食べたものに○をつけてください。

季節などの関係で食べるのが難しいものがある場合はご相談ください。

### ○朝のおやつ（市販）

せんべい クッキー ビスケット サブレ クラッカー カステラ バームクーヘン

源氏パイ かりんとう ウエハース

### ○肉

牛肉（ひき肉） 豚肉（ももバラ ひき肉 レバー） 鶏肉（もも ひき肉 レバー）

ウインナー ハム ベーコン 焼き豚

### ○魚介類

さば あじ ししゃも 赤魚（別名：アコウダイ） ぶり いわし いか えび

あさり ちくわ のり 塩こんぶ たこ

### ○野菜・種実類

ごぼう パセリ セロリ レーズン プルーン 梅干し みつ葉 ゆであずき

たけのこ しいたけ しめじ えのきたけ なめこ エリンギ きくらげ

マッシュルーム

パイン缶 梨 くるみ アーモンド ごま ミルクココア ピュアココア（純ココア）  
（スイカ メロン ぶどう）

### ○いも類・その他

スパゲティ 中華めん・焼きそば麺 ビーフン 春雨 しらたき 板こんにゃく

焼き麩 コーンフレーク ワンタンの皮 長芋 押麦 かつお節

ヨーグルト チーズ スキムミルク きなこ 厚揚げ 油揚げ アイスクリーム（バニラ）

たいやき

○調味料等

マヨネーズ タルタルソース フレンチドレッシング 和風ドレッシング ごま油

お好みソース グラニュー糖 黒砂糖 無塩バター マーガリン

生クリーム（ホイップクリームでも可） おろしニンニク おろし生姜 薄力粉

ホットケーキ粉 白玉粉 中華だしの素 鶏ガラだしの素 コンソメ

いちごジャム マーマレードジャム りんごジャム ブルーベリージャム

○パン・飲み物等

ロールパン 食パン スティックパン クロワッサン クリームパン

オレンジジュース りんごジュース グレープジュース 野菜ジュース カルピス

飲用牛乳 飲用豆乳