

KIPS Lunch Ingredient Checklist

KIPS 給食食材チェック表

Name/名前: _____

Date of Submission/提出日: _____

Date of birth/生年月日: _____

These are the items that we plan to use for lunch and snacks this year. If your child has tried it **twice or more** at home, please tick ✓ on the right side.

*In order to provide lunches safely, your child must try to eat each item at home **at least twice** to check for any possible allergies. KIPS only provides ingredients with ✓ as baby food. We may use ingredients that are not listed, so please refer to the monthly menu.

今年度の昼食とおやつで使用を予定している食材です。ご家庭でお子さんが2回以上摂取したことがあるものは、右側に ✓ を入れてください。

※食事を安全に提供するあたり、摂取したことのない食材につきましては、必ず事前に2回以上ご家庭で摂取し、アレルギーの有無を確認してください。KIPSでは✓のついた食材のみ離乳食として提供します。一覧にない食材を使用する場合もございますので、毎月の献立をご確認ください。

| | 5 to 6 months "Initial stage" ~6ヶ月「初期」 | 7-8 months "Middle stage" ~8ヶ月「中期」 | 9-11 months "Latter stage" 9~11ヶ月「後期」 | 12-18 months "Final stage" 12ヶ月~幼児食 | |
|---|---|---------------------------------------|---|---|--|
| Grains ・ 穀類 | rice 米 | wheat noodle そうめん | rice noodle ビーフン | glutinous rice もち米 | Chinese noodle 中華麺 |
| | white bread 食パン | spaghetti スパゲッティ | bread crumb パン粉 | barley(rolled barley) 大麦(押麦) | bread roll ロールパン |
| | Udon うどん | macaroni マカロニ | pancake mix ホットケーキ粉 | white rice flour 上新粉 | wrapper(Gyoza, Shumai, etc.) |
| | wheat gluten 麩 | | | glutinous rice flour 白玉粉 | 皮(餃子、焼売 等) |
| Eggs・卵類 | | | egg yolk(heated) 卵黄(加熱) | whole egg(heated) 全卵(加熱) | |
| Seafood ・ 魚介類 | baby sardine しらす | bonito flake かつお節 | Japanese anchovy かたくちいわし(食べる小魚) | horse mackerel あじ | shrimp・Sakura shrimp えび・桜えび |
| | halibut かれい | cod たら | | mackerel さば | fish meat・fish cake 魚肉・練り製品(かまぼこ、ちくわ等) |
| | | salmon 鮭 | | Spanish mackerel さわら | imitation crab(crab used) かにかまぼこ(かニ使用) |
| | | marlin かじき | | saury さんま | soft fish cake(white egg used) はんぺん(卵白使用) |
| | | tuna(boiled) ツナ(水煮) | | yellow tail ぶり | seasoned fish flake 桜でんぶ |
| Meat ・ 肉類 | | chicken 鶏肉 | ground pork 豚ひき肉 | pork(except ground pork) 豚肉(ひき肉以外) | sausage ウインナー ham ハム |
| | | | | gelatin ゼラチン | bacon ベーコン |
| Dairy products ・ 乳類 | | skim milk 脱脂粉乳 (スキムミルク) | milk (heated) 牛乳(加熱) butter バター[乳] *margarine *マーガリン[乳] | milk (raw) 牛乳(生) yogurt ヨーグルト *soy bean yogurt *豆乳ヨーグルト | cheese チーズ fresh cream 生クリーム *soy bean cream *豆乳クリーム |
| | | | | | |
| Vegetables ・ Mushrooms / 野菜類 ・ きのこ類 | turnip かぶ | pea グリンピース | asparagus アスパラガス | Edamame えだ豆 | Mizuna 水菜 |
| | squash かぼちゃ | string bean さやいんげん | okura オクラ | perilla 大葉(しそ) | Yuzu ゆず |
| | cauliflower カリフラワー | corn とうもろこし | winter melon とうがん | burdock ごぼう | lotus root れんこん |
| | cabbage キャベツ | eggplant なす | bean sprout 緑豆もやし | snow pea さやえんどう(絹さや) | sorts of mushrooms きのこ類 |
| | cucumber きゅうり | green pepper ピーマン | | Shungiku しゅんぎく | |
| | Komatsuna こまつな | | | ginger しょうが | |
| | Shiitake (stock) しいたけ(だし) | | | zucchini スズキニ | |
| | white radish だいこん | | | snap pea スナップえんどう | |
| | onion 玉ねぎ | | | fava bean そら豆 | |
| | bok choy チンゲン菜 | | | bamboo shoot たけのこ | |
| | tomato + canned tomato トマト+トマト缶 | | | Japanese leek・green onion ねぎ・万能ねぎ | |
| | carrot にんじん | | | garlic にんにく | |
| | white cabbage はくさい | | | Chinese chive コラ | |
| | broccoli ブロッコリー | | | parsley パセリ | |
| spinach ほうれん草 | | | bell pepper パプリカ | | |
| Fruits ・ 果実類 | banana バナナ | strawberry いちご | persimmon かき | grapefruit グレープフルーツ | lemon レモン |
| | mandarin orange・orange みかん・オレンジ | watermelon すいか | kiwifruit キウイフルーツ | pineapple パイナップル | pickled plum 梅干し |
| | apple りんご | Japanese pear なし | | peach もも | canned fruits フルーツ缶 |
| | | grape ぶどう | | prune プレーン | jam ジャム |
| | | melon メロン | | raisin 干しぶどう(レーズン) | 100% fruit juice 100%ジュース |
| Tubers・Roots / いも類 | potato じゃがいも | | taro さといも | konjac こんにやく | |
| | potato starch 片栗粉 | | | konjac noodle しらたき | |
| | sweet potato さつまいも | | | vermicelli 春雨 | |
| Seaweeds / 藻類 | Kombu(including stock) 昆布(だし含む) | green laver 青のり | Hijiki ひじき | baked seaweed 焼きのり | |
| | | agar 寒天 | | | |
| | | Seaweed わかめ | | | |
| Seeds・Beans / 種実・豆類 | Tofu 豆腐 | Okara おから | sesame ごま | soy bean 大豆 | |
| | | soybean flour きなこ | red bean(boiled) | deep fried tofu 油揚げ | |
| | | freeze-dried Tofu 高野豆腐 | 小豆(茹で) | thick deep-fried tofu 生揚げ(厚揚げ) | |
| | | soy milk 豆乳 | | chestnut 栗 | |
| Seasonings・oil / 調味料類・油 | | sugar 砂糖 | vegetable oil サラダ油 | sesame oil ごま油 | cooking alcohol 料理酒 |
| | | salt 食塩 | ketchup ケチャップ | vinegar 酢 | curry powder カレー粉 |
| | | soy sauce 醤油 | baking powder ベーキングパウダー | stock(connsome・Chinese・ chicken) だし(コンソメ・中華・鶏がら) | roux(curry・stew) ルー(カレー・シチュー) |
| | | miso 味噌 | *If the pancake mix has a ✓, you may tick ✓. | mayonnaise マヨネーズ | Mirin みりん |
| | | tomato puree トマトピューレー | *ホットケーキ粉が✓の場合は 同等とする | eggless mayonnaise マヨネータイプ調味料(卵不使用) | honey *after your kids reach 1 year old はちみつ *1歳を過ぎてから |
| | | | | sorts of sause (semi-sweet, Worcestershire)ソース類(中濃、ウスター) | |
| Others / その他 | barley tea 麦茶 | teething wafer 赤ちゃんせんべい | cracker クラッカー snacks スナック菓子 biscuit ビスケット | salted kelp 塩昆布 cocoa ココア Matcha 抹茶 | purple Siso rice seasoning ゆかり |

<Estimated form> <形態の目安>

5 - 6 months "Initial stage" Smoothly ground

5 - 6 ヶ月 「初期」 < ゴックン期 > なめらかにすりつぶした状態

7 - 8 months "Middle stage" Hardness that can be crushed with the tongue

7 - 8 ヶ月 「中期」 < モグモグ期 > 舌でつぶせる固さ

9 - 11 months "Latter stage" Hardness that can be crushed with gums

9 - 11 ヶ月 「後期」 < カミカミ期 > 歯ぐきでつぶせる固さ

12 - 18 months "Final stage" < Hardness to chew with gums

12 - 18 ヶ月 「完了期」 < バクバク期 > 歯ぐきでかめる固さ