



RaJa International Preschool
SHIMOARATA / TANIYAMA



食物アレルギーのリスクを考慮し、園給食ではご家庭で口にしたことのない食材は提供いたしません。また、1歳半までは原則として加熱調理したものだけを提供します。1歳半を迎える前に完了食へ移行する場合ご家庭の責任において後期を食べさせるのか、完了食へ移行するのかご判断ください。Considering the risk of food allergies, our school meals do not include ingredients that have not been tried at home. Additionally, for children up to 1 and a half years old, we usually offer only cooked food. Before reaching this age, it is up to the family's responsibility to decide whether to continue the later stage or switch to completed meals.

NAME

<ミルクについて / About milk>

- ①現在ミルクを飲んでいますか？ Do your child currently drink milk?
NO / YES (What kind?) :
- ②哺乳瓶の種類と乳首のサイズ / What type of bottle and nipple size are you using for feeding? 園用に置きボトルセットをご用意ください。
We kindly request your cooperation for preparing a bottle set to be left at the nursery.

乳幼児は、消化器官が発達途中であるため、大人と同じ味付けや食材を食べることができません。発達状況に応じた食事を提供することによって、食べる喜びを知り、楽しく離乳を進めていくことができます。ご家庭では、本紙【初期】【中期】【後期】【完了】の各時期に応じた食材を食べさせ、アレルギー反応が出ないかご確認ください。Infants and toddlers cannot eat the same seasoning and ingredients as adults because their digestive organs are still developing. We support children to enjoy eating and make weaning a pleasant experience by providing meals tailored to their developmental stage. At home, please give your child ingredients that correspond to each stage of this guide (Early, Middle, Late, Complete), and check for any allergic reactions.

<食材チェック方法 / How to Check for Allergic Reactions>

- きゅうりなど”生で食べられるもの”にも必ず火を通し、ティースプーン1杯程度の少量で構いませんので、2日間にわけて1口ずつ食べさせてください。Even for "raw food" like cucumbers, make sure to cook them. It is recommended to give one spoonful over a two-day period.
- 果物は生でも食べることができますが、糖分が気になる場合は白湯で薄めるなど工夫してください。Fruits can be eaten raw, but if you are concerned about the sugar content, please try diluting them with boiled water.
- 万が一に備え、医療機関が空いている時間帯に実施してください。Please conduct the taste test when medical facilities are open in case of an emergency.
- 初めて口にする味や食感に驚いて、反射的に口から出してしまうことがあります。この場合は叱ったり無理強いしたりせず、後回しにしてOKです。Infants may react by spitting out food due to being surprised by new tastes and textures. In this case, it is okay to set aside the food and try again later without scolding or forcing them.
- アレルギー反応が見られる場合、直ちに医療機関を受診してください。この場合は、症状・対応・医師の助言なども含め、必ず当園まで情報提供をお願いいたします。If an allergic reaction is observed, please see a doctor immediately. Also, please provide us with information about the symptoms, response, and advice from the doctor.

【食材チェック表】ご家庭で2回以上食べさせ、問題なければ蛍光ペンで印をつけてください。

初期（生後5～6ヶ月） / Primary Stage (5-6 month)					
穀物 / Grains	野菜・くだもの / Vegetables and Fruits		タンパク質 / Protein		その他 / Others
米/Rice	じゃがいも/Potato	白菜/Chinese Cabbage	白身魚全般/Various white fish	豆腐/Tofu	片栗粉/Potato starch
うどん/Udon	さつまいも/Sweet Potato	トマト/Tomato	鮭/Salmon	カレイ/Flounder	昆布だし/Seaweed broth
そうめん/Somen	かぼちゃ/Pumpkin	ブロッコリー/Broccoli	干しシラス/Dried whitebait	タラ/Cod	あごだし/Flying fish broth
食パン粥/Bread porridge	にんじん/Carrot	小松菜/Komatsuna			かつおだし/Bonito broth
×粉ミルク Bread porridge + milk formula	大根/Daikon Radish	なす/Eggplant			麦茶/Barley tea
×野菜スープ Bread porridge + vegetable soup	キャベツ/Cabbage	チンゲン菜/Bok Choy			
×温水 Bread porridge + warm water	玉ねぎ/Onion	バナナ/Banana			
	きゅうり/Cucumber	完了期まで加熱 りんご/Apple			
	ほうれん草/Spinach				
中期（7～8ヶ月） / Middle Stage (7-8 month)					
コーンフレーク/Corn flakes	さやいんげん/Green beans	カリフラワー/Cauliflower	加熱した納豆/Cooked natto	鶏肉/Chicken meat	砂糖/Sugar
麴/Wheat dry gluten	とうもろこし/Corn	みかん/Mandarin orange	高野豆腐/Koya tofu	鶏むね肉/Chicken breast	しょうゆ/Soy sauce
ハイハイン/Baby rice cracker	ピーマン/Bell pepper	すいか/Watermelon	チーズ/Cheese	鶏モモ肉/Chicken thigh	みそ/Miso
パン（卵・乳含む） Bread (including egg and milk)	グリーンピース/Green peas	いちご/Strawberry	牛乳/Cow milk	鶏ひき肉/Ground chicken	にぼしだし/Dried sardine broth
	里芋/Taro potato		わかめ/Seaweed	鶏ささみ/Chicken tenderloin	
			海藻/Laver	ヨーグルト/Yogurt	
			茹で卵黄/Heard boiled egg yolk	マグロなどの赤身魚 Tuna and other lean fish	
後期（9～11ヶ月） / Last Stage (9-11 month)					
スパゲッティ/Spaghetti	オクラ/Okra	低糖いちごジャム Low sugar strawberry jam	ひじき/Hijiki seaweed	豚肉/Pork	ケチャップ/Ketchup
マカロニ/Macaroni	キノコ類/Mushrooms	低糖ブルーベリージャム Low sugar blueberry jam	きな粉/Soybean powder	牛肉/Beef	サラダ油/Vegetable oil
ビーフン/Rice noodles	ねぎ/Green onions	低糖マーマレード Low sugar marmalade	卵（全加熱） Cooked eggs (fully done)	鶏レバー/Chicken liver	バター/Butter
	ニラ/Garlic chives	アスパラガス/Asparagus			クラッカー/Crackers
	もやし/Bean sprouts				酢/Vinegar
完了期（1歳頃～） / Complete Stage (around 12 month～)					
中華麺/Chinese noodles	れんこん/Lotus root	ニンニク/Garlic	油揚げ/Fried tofu	青魚全般 All kinds of blue-backed fish	マヨネーズ/Mayonnaise
ホットケーキミックス Pan cake mix	ごぼう/Burdock root	糸こんにゃく Shirataki noodles	厚揚げ/Thick fried tofu	ぶり/Yellowtail	ごま/Sesame seeds
	たけのこ/Bamboo shoots	柑橘類/Citrus fruit	はんぺん/Fish cake	いわし/Sardine	ごま油/Sesame oil
	レーズン/Raisins	キウイ/Kiwi	かまぼこ/Steamed fish paste	さば/Mackerel	カレー粉/Curry powder
	フルーツ缶/Canned fruits	メロン/Melon	ちくわ/Tube-shaped fish cake	さんま/Pacific saury	コンソメ/Consomme
	缶詰パイナップル Canned pineapple	もも/Peach	さつま揚げ/Deep-fried fish cake	あじ Horse mackerel	中華だし/Chinese soup
	しょうが/Ginger	ぶどう/Grapes	魚肉ソーセージ/Fish sausage	ベーコン/Bacon	オイスターソース/Oyster sauce
	レタス/Lettuce		豆乳クリーム/Soy milk cream	ハム/Ham	揚げ物/Fried food
	大葉/Shiso		生クリーム/Whipped cream	ウィンナー/Wiener sausage	ココアパウダー/Cocoa powder
				甲殻類/Shellfish	寒天/Agar
				かに/Crab	ゼラチン/Gelatin
				あさり/Clams	焼き肉のたれ/Yakiniku sauce
				えび/Shrimp	和風・ごまドレ/Salad dressing

フルーリーの缶詰は製造過程で高温加熱されておりアレルギーの発生リスクは生のフルーリーと比べるとゼロではないもののとても低いです。

発達に応じて、形状、味付け、調理法などに至るまで細かく確認しながら調理しています。窒息や誤嚥等のリスクに配慮し、安全な料理・食事の介助を行っています。