

# アレルギー食品リストと摂取指導票

要除去・・・× 摂取可・・・○ 一部摂取可・・・△(食品名に摂取可には○、不可は×つける。)

※本欄に○がついた場合、該当する食品を使用した料理については、給食対応が困難となる場合があります。

抗原の強さ	食品名	可否	
卵	最も強い	生卵を使用：ミルクセーキ、あわゆき	
	強い	卵料理、生や半熟で使用：アイスクリーム、マヨネーズ、半熟ゆで卵、カスタードクリーム、プリン、茶わん蒸し	
	やや強い	卵白つなぎ加工品：竹輪、かまぼこ、はんぺん、ハム、ウインナー、ハンバーグ 卵を多く使った菓子：カステラ、丸ボーロ、ケーキ、メロンパン、どらやき、卵ボーロ	
	弱い	てんぷら粉、てんぷら衣、卵つなぎの麺、食パン、クッキー 固ゆで卵黄	

抗原の強さ	食品名	可否	
牛乳	最も強い	牛乳、生クリーム、スキムミルク(脱脂乳)、練乳	
	強い	牛乳を生で使用するもの：アイスクリーム、プリン、コーヒー牛乳、ミルクココア、粉ミルク、チーズ、ヨーグルト、乳酸菌飲料	
	やや強い	牛乳料理：シチュー、グラタン 牛乳を多く使った菓子：ケーキ、チョコレート カゼインなど乳つなぎ加工品：ハム、ソーセージ、ウインナー	
	弱い	食パン、焼き菓子(ビスケット、クッキー)、バター、乳入りマーガリン	
	微量混入	乳糖を含む食品	

抗原の強さ	食品名	可否	
小麦	最も強い	食パン・パン類、パスタ(スパゲッティ、マカロニ、ペンネなど) うどん、ソーメン、中華めん、麩、小麦グルテンを含む食品	
	強い	小麦粉を使った菓子、加工品(成形肉、練り製品)、ルウ	
	弱い	大麦、ライ麦パン、オートミール、麦芽	
	微量混入	しょうゆ、みそ、酢、麦茶	

抗原の強さ	食品名	可否	
大豆・豆類	最も強い	きなこ、大豆、高野豆腐、枝豆	
	強い	豆腐、豆乳、おから、油あげ	
	やや強い	納豆	
	弱い	みそ、しょうゆ、もやし 他の豆類(小豆、グリーンピース、ソラマメ)	

食品名	可否
大豆油	
大豆油、揚げ物	
マーガリン、ルウ	

食品名	可否
魚卵	
生：イクラ、タラコ	
加熱魚卵(ししゃもの卵など)	

抗原の強さ	食品名	可否	
魚類	強い	マグロ、白身魚、青魚、赤魚(あかうお)	
	やや強い	干物：じゃこ、いりこ 缶詰：シーチキン、サケ、サンマ	
	弱い	煮だし(カツオ、いりこ)	

食品名	可否
その他魚介類	
エビ、カニ、イカ、タコ	
干しエビ	
貝：アサリ、ホタテ、シジミ、カキ	
魚介エキス	

食品名	可否
種実・ナッツ類	
ピーナッツ、ピーナッツバター	
アーモンド、くるみ、カシューナッツ、ピスタチオ	
カカオ、ココア、ココナッツ	
ごまペースト、すりゴマ	
粒ごま少量、ごま油	

食品名	可否
そば	
そば粉、そば粉入り食品	

食品名	可否
果物	

食品名	可否
肉類	
牛肉	
鶏肉	
豚肉	

食品名	可否
その他	

●保育所における日常の取組み及び緊急時の対応に活用するため、本表に記載された内容を保育所の職員及び消防機関・医療機関等と共有することに同意しますか。

- ・同意する
- ・同意しない

保護者署名： \_\_\_\_\_