

Tabela de verificação para oferecimento da papinha comida de bebe

Nome da criança _____ Data de nascimento _____ ano _____ mes _____ dia _____

※ **O Título 『Experimentar os ingredientes』 ...são ingredientes que são usados na papinha da creche. Utilizaremos somente depois que experimentarem todos os ingredientes para a idade indicada.**

※ Comer várias vezes para confirmar se não apresenta anormalidade (reação alérgica ao alimento), faça uma marca de checagem no alimento que foi experimentado. Se caso for detectado anormalidade passe por consulta médica para o diagnóstico médico.

※ Para as crianças que não apresentam alergia alimentar iremos introduzir os ingredientes na papinha conforme a idade indicada na tabela.

※ Para as famílias que não fizeram essa verificação em casa, não podemos prosseguir para o próximo passo.

※ As frutas são fáceis de provocar alergia alimentar, portanto só será introduzida pela creche após 1 ano de idade.

※ Para as crianças que já experimentaram todos os alimentos da "Tabela de verificação para oferecimento da papinha" para as idades indicadas. Após 1 ano irão comer a comida comum de todas as crianças.

Por favor use como modelo o cardápio experimentando fazer a comida em casa.

※ Somente depois que sair da papinha que receberá o lanche das 10:00 h e 15:00 h (para aqueles que estão na papinha será servido o leite).

Reconheço o conteúdo acima e confirmo

Nome do responsável _____ carimbo _____

Experimentar os ingredientes								
idade	cereais	chegagem	Proteína	chegagem	legumes/verduras	chegagem	outros	chegagem
P a s s o ①	arroz		bacalhau Tara		cenoura		essencia do peixe katsuo dashi	
	Udon		Tai (espécie de peixe)		cebola		essencia de alga marinha Konbu dashi	
	Soumen		Shirasu boshi (peixinho branco seco)		nabo			
	batata		Hirame (espécie de peixe)		rabanete branco			
	batata doce		Karei (espécie de peixe)		espinafre			
5 à	Fu (é um alimento processado com glúten como um dos principais ingredientes espécie de pão utilizado na sopa).		Queijo de soja Tofu		komatsuna (espécie de espinafre)			
6 m e s e	Pão de forma				acelga			
					repolho			
					brocolis			
					couve flor			
					abóbora			
	<ul style="list-style-type: none"> • preparar de uma forma bem líquida para que possa colocar na boca engolir • Depois de 1 mes que iniciou deixar um poquinho mais grosso com alguns grãosinhos 					verificação da creche	mês	dia carimbo

Experimentar os ingredientes								
idade	Os ingredientes de 5 à 6 meses + listagem abaixo							
	cereais	chegagem	Proteína	chegagem	legumes /verduras	chegagem	outros	chegagem
P a s s o ②	Sucrilhos		Salmão		Alface		Alga marinha verde	
	aveia granulada		Peixe seco ralado		Aspargos			
	inhame		Peito de frango sassami		Tomate			
			Soja fermentada Natto		Pepino			
			Koya tofu		Berinjela			
			Farinha de soja torrada e moída		Abobrinha (※)			
			Iogurte natural		Abóbora d'agua(※)			
			Queijo Cottage		Quiabo			
7 à 8 m e s e			Gema de ovo (cozido)		Vagem			
					Milho			
	<ul style="list-style-type: none"> • Com cerca de 7 meses deverá deixar molinho para que possa mastigar, picotar bem pequeno com mais ou menos 2 mm de espessura. • No final do 8º mês podera picotar cubinhos de 3 à 4 mm, também poderá amassar os ingredientes grosseiramente. 					verificação da creche	mês	dia carimbo

Experimentar os ingredientes

idade	Os ingredientes de 5 à 8 meses + listagem abaixo										
	cereais	chegagem	Proteína	chegagem	legumes /algas	chegagem	outros	chegagem			
P a s s o ③ 9 à 12 m e s e s	Macarrão		Sawara		folhas de crisantemo(※) shunguiku		Açúcar				
	Espaguete		Carapau		Mizuna		Sal				
	pãozinho de leite		Cavala		Acelga chinesa tinguensai		Manteiga				
			Bonito		Cebolinha		Margarina				
			Buri		Nirá		Molho de soja shoyu				
			Sanma		Broto de feijão		Pasta de soja misso				
			Sardinha		Pimentão		Mirin				
			Frango		Pimentão paprica		Sake				
			Carne moída de porco • vaca		Tororo konbu		Óleo				
			Fígado		Hijiki		Óleo de gergelim				
			Queijo processado		Mekabu		Vinagre				
			Clara de ovo		Wakame		gergelim				
			Atum cozido		Frutas enlatadas						
<ul style="list-style-type: none"> • Verificando se o bebê não está engolindo inteiro, gradualmente deixaremos mais duro e cortaremos em pedaços maiores • Usaremos apenas uma pequena quantidade de tempero. • Como metade da nutrição do bebê vem da papinha, teremos cuidado com o equilíbrio nutritivo. • Vamos dar a atenção a falta de Ferro. • Como há irregularidade ao comer, iremos decidir conforme a quantidade e ingredientes 								verificação da creche	mês	dia	carimbo

Serviremos a refeição comum para as crianças que **comeram todos os ingrediente abaixo descrito após os 12 meses**

Experimentar os ingredientes

idade	Os ingredientes de 5 à 12 meses + listagem abaixo										
	cereais	chegagem	Proteína	chegagem	legumes /algas	chegagem	outros	chegagem			
a c i m a d e l a n o	Chukamen (macarrão usado em lamen ou yakisoba)		Hanpen (base de peixe)		Raiz de lotus renkon		Ketchup				
	BiiFun (macarrão de arroz)		Kamaboko(base de peixe)		Raiz de bardana gobou		Maionese				
	Harusame (fios de soja)		Tikuwa (base de peixe)		Broto de bambu takenoko		Curry em pó				
			Carne de porco • carne vaca		Broto de nabo		Molho de ostra				
			Salsisha		Kanpyou		Oisutasosu				
			Presunto		Konnyaku		Tori garasupu				
			Atsuague (Tofu frito grosso)		Fruta		Konsome				
			Abura ague		Gengibre		Mentsuyu				
			Leite		Alho		Molho de salada				
					Shitake		Sembei				
					Maitake		Tamago booru				
							Fritura				
	<ul style="list-style-type: none"> • Come a maioria dos ingredientes • Use como referencia o menu distribuido pela creche e prepare e faça-o comer • Lembremos que o tempero deverá ser fraco <p>(Se o sabor para o adulto dizemos que é 100% da criança é cerca de 20 à 30%)</p>								verificação da creche	mês	dia



※Não podemos servir a refeição comum a menos que terminem de experimentar todos os ingrediente acima.

(※)Dê de comer quando for o período de temporada da verdura fazendo a checagem