

氏名 _____

記入日 _____

年 月 日 _____

食品チェック表		↓○をつけてください↓		
		飲食して症状が出た事がある アレルギー 有	飲食して症状はなかった アレルギー 無	飲食したことが無い
卵 類	①熱を加えた卵料理（ゆで卵や卵焼き等）			
	②マヨネーズ			
	③卵を使用した加工品（パン、ケーキ、菓子等）			
	④極微量の卵			
乳 類	①牛乳（料理に使用する）シチュー・パン・ホットケーキ・菓子等			
	②牛乳（そのまま飲む）			
	③極微量の牛乳及び乳製品			
	ヨーグルト・チーズ・乳酸飲料			
	生クリーム（加熱あり・加熱なし）			
穀 類	①小麦粉製品（パン・うどん・スパゲッティ等）			
	②小麦粉を使用した加工品（シチューやカレー等）			
	③極微量の小麦粉			
豆 類	①大豆及び大豆製品（納豆・豆腐・豆乳・油揚げ・きな粉等）			
	②大豆を使用した調味料（しょうゆ・みそ等）			
↓食べたことのある食品に○をつけてください。↓				
小麦・米類	中華そば・そば・米・赤飯・もち			
種実類	ピーナッツ・くるみ・カシューナッツ			
芋 類	じゃがいも・さつまいも・さといも			
油脂類	サラダ油・バター・マーガリン・ごま・ごま油			
肉 類	鶏ささみ・レバー・鶏ひき肉・牛ひき肉・豚ひき肉・鶏肉・豚肉・牛肉・ハム・ソーセージ・ベーコン			
魚類等	しらす干し・白身魚・赤身魚・ししゃも・はんぺん・ちくわ・いか・たこ			
	かまぼこ・貝類・たらこ・いくら・えび・かに・ほたて			
野菜類	にんじん・たまねぎ・だいこん・ほうれん草・ピーマン・かぼちゃ・ごぼう・いんげん			
	長ねぎ・小松菜・たけのこ・とうもろこし・にら・なす・はくさい・もやし			
	セロリー・きゃべつ・トマト・きゅうり・レタス・しいたけ・ブロッコリー			
果物類	バナナ・いちご・りんご・みかん類・キウイ・ぶどう・もも			
	パイナップル・メロン・すいか・缶詰（ ）			
海藻類	のり・わかめ・ひじき・昆布			
調味料	砂糖・塩・ケチャップソース・ドレッシング・酢			
缶詰類	ツナ缶・コンビーフ缶・ほたて缶・かに缶			