

栄 養 月 報

2021年8月1日 ～ 2021年8月31日 (美木多いっちゃん保育園 , 乳児)

食 品 群 名	総給与量 g	平均 給与量 g	食品構成 g	栄 養 価 算 定														
				エネルギー kcal	蛋白質 g	脂質 g	ナトリウム mg	カルシウム mg	カリウム mg	鉄 mg	レチノール活性 μg	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食物繊維 g	食塩 g		
穀類	米	712.0	33.9	34.0	116	2.1	0.3	0	2	30	0.3	0	0.03	0.01	0	0.2	0.0	
	パン類	40.0	1.9	7.0	6	0.2	0.2	8	1	2	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
	めん類	219.7	10.5	12.0	13	0.4	0.0	9	0	1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
	その他の穀類	124.4	5.9	6.5	22	0.6	0.4	14	2	7	0.1	0	0.01	0.00	0	0.2	0.0	
いも類	芋類	81.0	3.9	12.0	3	0.1	0.0	0	0	16	0.0	0	0.00	0.00	1	0.3	0.0	
	いも類加工品	81.4	3.9	1.5	8	0.1	0.2	5	4	7	0.3	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0	
砂糖及び甘味類		55.6	2.7	4.5	11	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
豆類	大豆製品	87.8	4.2	6.0	6	0.5	0.4	1	6	8	0.1	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
	大豆、その他の豆類	12.0	0.6	2.5	1	0.1	0.1	0	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
種実類		4.0	0.2	0.6	1	0.0	0.1	0	2	1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
野菜類	緑黄色野菜	540.7	25.8	25.0	8	0.4	0.0	7	17	70	0.2	111	0.01	0.02	6	0.6	0.0	
	その他の野菜類	572.7	27.3	35.0	8	0.3	0.0	1	7	47	0.1	1	0.01	0.01	4	0.5	0.0	
	野菜漬物	0.7	0.0	—	0	0.0	0.0	1	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
果実類	果実類	78.0	3.7	20.0	3	0.0	0.0	0	0	11	0.0	0	0.00	0.00	1	0.0	0.0	
	果実加工品	215.8	10.3	3.5	7	0.0	0.0	0	1	12	0.0	1	0.00	0.00	1	0.1	0.0	
きのこ類		25.2	1.2	3.0	1	0.0	0.0	1	0	5	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0	
藻類	藻類	5.1	0.2	0.5	0	0.0	0.0	18	2	2	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0	
魚介類	魚介類（生）	140.0	6.7	10.0	7	1.2	0.3	10	1	21	0.0	3	0.00	0.01	0	0.0	0.0	
	干物、塩蔵、缶詰	16.0	0.8	2.5	2	0.2	0.2	3	0	2	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
	練製品	28.0	1.3	0.5	2	0.2	0.0	11	1	1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
肉類	肉類（生）	360.5	17.2	13.0	37	3.1	2.6	9	1	50	0.1	2	0.08	0.03	0	0.0	0.0	
	肉加工品	48.0	2.3	1.5	5	0.3	0.3	6	5	7	0.2	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
卵類		29.4	1.4	5.5	2	0.2	0.1	2	1	2	0.0	3	0.00	0.01	0	0.0	0.0	
乳類	牛乳	3640.7	173.4	160.0	106	5.7	6.6	71	191	260	0.0	66	0.07	0.26	2	0.0	0.2	
	乳製品	10.0	0.5	20.0	2	0.0	0.2	0	0	0	0.0	2	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
油脂類	植物性	49.2	2.3	1.5	17	0.0	1.9	13	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
	動物性	18.6	0.9	0.5	7	0.0	0.7	2	0	0	0.0	6	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
調味料類	食塩	1.1	0.1	0.2	0	0.0	0.0	24	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1	
	醤油	27.9	1.3	2.0	1	0.1	0.0	76	0	5	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2	
	味噌	32.0	1.5	2.0	3	0.2	0.1	75	2	6	0.1	0	0.00	0.00	0	0.1	0.2	
	その他の調味料	116.0	5.5	4.5	12	0.2	0.5	186	4	13	0.0	3	0.00	0.00	0	0.1	0.5	
その他	その他	981.2	46.7	25.0	41	0.6	1.4	49	7	30	0.2	0	0.01	0.01	1	0.1	0.1	
	その他 1	417.5	19.9	—	0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
合 計				458	16.8	16.6	602	257	616	1.7	198	0.22	0.36	16	2.5	1.3		
基 準 値				460	19.1	12.8	591	210	0	2.3	185	0.25	0.27	20	0.0	1.5		
充 足 率				99.57	87.96	129.69	101.86	122.38	—	73.91	107.03	88.00	133.33	80.00	—	86.67		

穀類エネルギー	脂質エネルギー	蛋白質エネルギー	動物性蛋白質	動物性脂質
157 kcal	149 kcal	67 kcal	10.6 g	10.5 g

穀類エネルギー比	脂質エネルギー比	炭水化物エネルギー比	動物性蛋白質比	動物性脂質比	P/S比	S:M:P
$\frac{157}{458} \times 100 = 34.3\%$	$\frac{16.6 \times 9}{458} \times 100 = 32.6\%$	$100 - 32.6 - (\frac{16.8 \times 4}{458} \times 100) = 52.7\%$	$\frac{10.6}{16.8} \times 100 = 63.1\%$	$\frac{10.5}{16.6} \times 100 = 63.3\%$	$\frac{1.93}{6.69} = 0.29$	$6.69 : 4.62 : 1.93 = 3 : 2.1 : 0.9$

栄 養 月 報

2021年8月1日 ～ 2021年8月31日 (美木多いっちゃん保育園 , 幼児)

食 品 群 名	総給与量 g	平均 給与量 g	食品構成 g	栄 養 価 算 定														
				エネルギー kcal	蛋白質 g	脂質 g	ナトリウム mg	カルシウム mg	カリウム mg	鉄 mg	レチノル活性 μg	ビ ⁺ タミ ⁺ B1 mg	ビ ⁺ タミ ⁺ B2 mg	ビ ⁺ タミ ⁺ C mg	食物繊維 g	食塩 g		
穀類	米	891.0	42.4	42.0	145	2.6	0.4	1	2	38	0.3	0	0.03	0.01	0	0.2	0.0	
	パン類	40.0	1.9	12.0	6	0.2	0.2	8	1	2	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
	めん類	303.3	14.4	16.0	18	0.5	0.0	12	0	1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0	
	その他の穀類	160.0	7.6	8.5	28	0.7	0.5	18	2	9	0.1	0	0.01	0.00	0	0.2	0.0	
いも類	芋類	101.3	4.8	15.0	3	0.1	0.0	0	1	20	0.0	0	0.00	0.00	1	0.4	0.0	
	いも類加工品	116.8	5.6	2.0	11	0.2	0.3	7	6	11	0.5	0	0.00	0.00	1	0.1	0.0	
砂糖及び甘味類		70.1	3.3	5.5	13	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
豆類	大豆製品	110.4	5.3	7.5	7	0.7	0.5	1	7	10	0.1	0	0.01	0.00	0	0.1	0.0	
	大豆、その他の豆類	15.0	0.7	3.0	1	0.1	0.1	0	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
種実類		4.8	0.2	1.0	1	0.0	0.1	0	3	1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
野菜類	緑黄色野菜	669.6	31.9	30.0	9	0.5	0.0	9	21	86	0.2	132	0.02	0.02	8	0.9	0.0	
	その他の野菜類	727.7	34.7	45.0	9	0.4	0.0	1	9	60	0.1	1	0.01	0.01	6	0.7	0.0	
	野菜漬物	0.9	0.0	—	0	0.0	0.0	1	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
果実類	果実類	33.6	1.6	20.0	1	0.0	0.0	0	0	2	0.0	0	0.00	0.00	1	0.0	0.0	
	果実加工品	270.3	12.9	4.0	8	0.1	0.0	0	1	15	0.0	1	0.01	0.00	2	0.1	0.0	
きのこ類		25.3	1.2	3.5	0	0.1	0.0	1	0	5	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0	
藻類	藻類	6.8	0.3	0.5	1	0.0	0.0	25	2	2	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.1	
魚介類	魚介類（生）	150.0	7.1	10.0	8	1.2	0.3	11	1	23	0.0	3	0.00	0.01	0	0.0	0.0	
	干物、塩蔵、缶詰	20.0	1.0	2.0	3	0.2	0.2	3	0	2	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
	練製品	44.8	2.1	0.5	3	0.3	0.1	17	1	1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
肉類	肉類（生）	462.7	22.0	15.0	47	3.9	3.3	12	1	64	0.2	3	0.10	0.04	0	0.0	0.0	
	肉加工品	70.0	3.3	1.5	7	0.4	0.4	9	7	10	0.4	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
卵類		36.8	1.8	10.0	2	0.2	0.2	2	1	2	0.0	4	0.00	0.01	0	0.0	0.0	
乳類	牛乳	2451.3	116.7	100.0	72	3.9	4.4	48	128	175	0.0	44	0.05	0.18	2	0.0	0.2	
	乳製品	12.5	0.6	20.0	3	0.0	0.2	0	0	0	0.0	2	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
油脂類	植物性	62.6	3.0	2.0	22	0.0	2.4	17	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
	動物性	23.3	1.1	1.0	8	0.0	0.9	3	0	0	0.0	8	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
調味料類	食塩	1.6	0.1	0.5	0	0.0	0.0	33	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1	
	醤油	35.0	1.7	3.8	1	0.1	0.0	96	0	6	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.3	
	味噌	40.0	1.9	3.2	3	0.2	0.1	93	2	7	0.1	0	0.00	0.00	0	0.1	0.2	
	その他の調味料	144.7	6.9	7.0	15	0.2	0.6	232	5	16	0.1	3	0.00	0.00	0	0.1	0.6	
その他	その他	1189.4	56.6	30.0	43	0.8	1.6	56	6	39	0.3	0	0.01	0.01	2	0.2	0.1	
	その他 1	524.0	25.0	—	0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
合 計				498	17.6	16.8	716	207	607	2.4	201	0.25	0.29	23	3.4	1.6		
基 準 値				511	21.0	14.2	551	231	0	2.2	189	0.28	0.32	20	3.2	1.4		
充 足 率				97.46	83.81	118.31	129.95	89.61	—	109.09	106.35	89.29	90.63	115.00	106.25	114.29		

穀類エネルギー	脂質エネルギー	蛋白質エネルギー	動物性蛋白質	動物性脂質
197 kcal	151 kcal	70 kcal	9.8 g	9.5 g

穀類エネルギー比	脂質エネルギー比	炭水化物エネルギー比	動物性蛋白質比	動物性脂質比	P/S比	S:M:P
$\frac{197}{498} \times 100 = 39.6\%$	$\frac{16.8 \times 9}{498} \times 100 = 30.4\%$	$100 - 30.4 - (\frac{17.6 \times 4}{498} \times 100) = 55.5\%$	$\frac{9.8}{17.6} \times 100 = 55.7\%$	$\frac{9.5}{16.8} \times 100 = 56.5\%$	$\frac{2.34}{6.11} = 0.38$	$6.11 : 5.01 : 2.34 = 3 : 2.5 : 1.1$

乳児

献立予定(実施)表

(2021年 8月 2日～2021年 8月 8日)

8月 2日 (月)	8月 3日 (火)	8月 4日 (水)	8月 5日 (木)	8月 6日 (金)	8月 7日 (土)	8月 8日 (日)
E 456kcal 蛋白 20.8g 脂質 13.8g 炭水 65.9g 食繊 2.4g 食塩 1.6g	E 380kcal 蛋白 18.4g 脂質 10.2g 炭水 55.6g 食繊 2.3g 食塩 1.2g	E 387kcal 蛋白 11.9g 脂質 8.9g 炭水 68.1g 食繊 3.2g 食塩 1.5g	E 446kcal 蛋白 21.1g 脂質 17.7g 炭水 52.9g 食繊 2.1g 食塩 1.3g	E 580kcal 蛋白 19.3g 脂質 21.1g 炭水 81.2g 食繊 3.4g 食塩 2.0g	E 408kcal 蛋白 14.5g 脂質 12.7g 炭水 61.9g 食繊 1.9g 食塩 1.1g	
朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食
■牛乳 牛乳 100.0g ■星たべよ 星たべよ 1枚	■牛乳 牛乳 100.0g ■サッポロポテト 1才サッポロポテト 3.0g	■牛乳 牛乳 100.0g ■ばりんこ ばりんこ 1枚	■牛乳 牛乳 100.0g ■バナナ バナナ 1/3本	■牛乳 牛乳 100.0g ■たべっこベイベー たべっこベイベー 5.0g	■牛乳 牛乳 100.0g ■味しらべ 味しらべ 1枚	
昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
■ご飯 米 40.0g ■白身魚のごま醤油焼き ホキ 1/2切 濃口しょうゆ 1.0g みりん 1.0g 上白糖 1.0g ごま 1.0g 人参 10.0g 濃口しょうゆ 0.3g 上白糖 0.1g ■ブロッコリーの和え物 ブロッコリー 22.0g 人参 4.0g 濃口しょうゆ 1.0g 上白糖 0.3g ■わかめの味噌汁 わかめ 0.4g さつま揚げ 8.0g 玉ねぎ 8.0g 味噌 4.0g	■菜飯 米 40.0g 菜めしの素 1.0g ■冷しゃぶ 豚肉 45.0g キャベツ 20.0g きゅうり 15.0g トマト 10.0g ごまだれ 8.0g ■インゲンのおかか和え インゲン 24.0g 人参 5.0g かつお節 0.8g 濃口しょうゆ 0.8g 上白糖 0.3g ■豆腐のすまし汁 絹ごし豆腐 15.0g えのき 5.0g ねぎ 1.0g うす口しょうゆ 0.8g 塩 適量	■きつねうどん うどん 1/3玉 揚げ 8.0g 濃口しょうゆ 0.5g 上白糖 0.2g かまぼこ 5.0g ほうれん草 10.0g 人参 5.0g しめじ 5.0g 濃口しょうゆ 3.2g みりん 0.5g 風味だし汁 123.0g ■金平ごぼう ごぼう 25.0g 人参 5.0g ちくわ 5.0g 濃口しょうゆ 0.5g 上白糖 0.5g ごま 0.6g ごま油 0.1g ■青りんごゼリー 青りんごゼリー 1個	■ご飯 米 40.0g ■鯖の香味焼き さば 1/2切 しょうが 0.1g ねぎ 1.0g 濃口しょうゆ 1.0g 上白糖 0.2g 酒 0.2g 塩 適量 ごま油 0.2g 小松菜 10.0g 濃口しょうゆ 0.3g 上白糖 0.1g ■高野豆腐の煮物 高野豆腐 4.0g 人参 5.0g グリーンピース 3.0g うす口しょうゆ 0.5g 上白糖 0.5g みりん 0.5g 風味だし汁 8.0g ■えのきの味噌汁 えのき 5.0g 人参 5.0g ねぎ 1.0g 味噌 4.0g	■ハヤシライス 米 50.0g 牛肉 25.0g マッシュルーム 4.0g 玉ねぎ 30.0g 人参 10.0g なたね油 1.4g 水 50.0g コンソメ 0.2g ケチャップ 2.0g 上白糖 0.5g 塩 適量 ビーフシチュールー 6.0g ハヤシフレーク 6.0g ■ほうれん草とツナのサラダ ほうれん草 32.0g 人参 5.0g ツナ 5.0g エッグケア 3.0g ■黄桃 黄桃缶 30.0g	■中華丼 米 40.0g 豚肉 20.0g 玉ねぎ 20.0g 人参 6.0g 白菜 30.0g 椎茸 6.0g なたね油 0.2g チキンスープ 1.0g みりん 2.0g 濃口しょうゆ 適量 塩 適量 片栗粉 0.7g ■中華スープ コーン 3.0g 玉ねぎ 12.0g チキンスープ 0.8g 塩 適量 ■パイン缶 パイン缶 30.0g	
3時	3時	3時	3時	3時	3時	3時
■牛乳 牛乳 100.0g ■マフィン 無塩バター 3.0g 上白糖 5.2g 鶏卵 5.2g 小麦粉 13.5g ベーキングパウダー 0.5g 水 4.5g	■お茶 ほうじ茶（浸出液） 100.0g ■杏仁豆腐 パイン缶 16.0g 黄桃缶 17.0g 杏仁豆腐 14.0g	■お茶 ほうじ茶（浸出液） 100.0g ■昆布おにぎり 米 36.0g 塩昆布 0.8g ごま 0.8g	■牛乳 牛乳 100.0g ■ポップコーン ポップコーン 5.0g なたね油 2.0g 塩 0.1g	■牛乳 牛乳 100.0g ■ココアクッキー 小麦粉 10.5g 片栗粉 1.7g ベーキングパウダー 0.1g ココア 0.4g マーガリン 4.6g 上白糖 2.7g 牛乳 0.7g	■牛乳 牛乳 100.0g ■ばりんこ ばりんこ 1枚 ■野菜クラッカー 野菜クラッカー 1枚	

乳児

献立予定(実施)表

(2021年 8月 9日～2021年 8月15日)

8月 9日 (月)	8月10日 (火)	8月11日 (水)	8月12日 (木)	8月13日 (金)	8月14日 (土)	8月15日 (日)
	E 479kcal 蛋白 18.3g 脂質 17.9g 炭水 66.2g 食繊 6.3g 食塩 1.2g	E 426kcal 蛋白 16.9g 脂質 18.2g 炭水 51.1g 食繊 1.8g 食塩 2.2g	E 206kcal 蛋白 7.6g 脂質 12.0g 炭水 19.7g 食繊 g 食塩 0.5g	E 175kcal 蛋白 6.9g 脂質 9.1g 炭水 18.7g 食繊 g 食塩 0.3g	E 220kcal 蛋白 7.7g 脂質 12.5g 炭水 22.2g 食繊 g 食塩 0.5g	
朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食
	■牛乳 牛乳 100.0g ■マリー マリービスケット 1枚	■牛乳 牛乳 100.0g ■たべっこベイベー たべっこベイベー 5.0g	■牛乳 牛乳 100.0g ■ばりんこ ばりんこ 1枚	■牛乳 牛乳 100.0g ■サラダせん サラダせん 1枚	■牛乳 牛乳 100.0g ■味しらべ 味しらべ 1枚	
昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
	■ご飯 米 40.0g ■肉団子の甘酢あんかけ ミートボール 3個 玉ねぎ 10.0g ピーマン 10.0g 濃口しょうゆ 0.7g 酢 0.7g 上白糖 0.9g チキンスープ 0.1g 水 2.0g 片栗粉 0.8g ■チンゲン菜の中華和え チンゲン菜 35.0g 人参 5.0g 濃口しょうゆ 0.8g 上白糖 0.3g ごま油 0.2g 塩 適量 ■わかめスープ わかめ 0.4g にら 1.0g 人参 5.0g チキンスープ 0.8g 塩 適量	■しょうゆラーメン 中華そば 1/2玉 豚肉 15.0g コーン 3.0g もやし 20.0g 人参 5.0g チンゲン菜 10.0g ねぎ 1.0g 創味しょうゆラーメンスープの 8.0g 水 130.0g チキンスープ 1.0g ごま油 0.3g ■もやしのごま和え もやし 25.0g 人参 5.0g ごま 0.8g 濃口しょうゆ 0.5g 上白糖 0.2g ■オレンジ オレンジ 1/6玉	■お弁当会	■お弁当会	■お弁当会	
3時	3時	3時	3時	3時	3時	3時
	■牛乳 牛乳 100.0g ■じゃが芋のバター焼き じゃが芋 50.0g 有塩バター 5.0g	■牛乳 牛乳 100.0g ■マドレーヌ 小麦粉 10.0g 無塩バター 8.0g 上白糖 8.0g ベーキングパウダー 0.4g 鶏卵 12.0g レモン 3.2g	■牛乳 牛乳 100.0g ■星たべよ 星たべよ 1枚 ■源氏パイ 源氏パイ 1枚	■牛乳 牛乳 100.0g ■ぼたぼた焼き ぼたぼた焼 1枚 ■ラムネ ラムネ 1個	■牛乳 牛乳 100.0g ■ハッピーターン ハッピーターン 1個 ■源氏パイ 源氏パイ 1枚	

乳児

献立予定(実施)表

(2021年 8月16日～2021年 8月22日)

8月16日 (月)	8月17日 (火)	8月18日 (水)	8月19日 (木)	8月20日 (金)	8月21日 (土)	8月22日 (日)
E 426kcal 蛋白 19.6g 脂質 11.1g 炭水 65.3g 食繊 2.2g 食塩 1.4g	E 483kcal 蛋白 11.8g 脂質 15.1g 炭水 76.9g 食繊 2.7g 食塩 1.3g	E 521kcal 蛋白 19.3g 脂質 19.7g 炭水 68.5g 食繊 2.0g 食塩 1.3g	E 534kcal 蛋白 17.7g 脂質 21.1g 炭水 71.4g 食繊 2.5g 食塩 1.6g	E 551kcal 蛋白 21.2g 脂質 23.1g 炭水 67.9g 食繊 4.0g 食塩 1.0g	E 395kcal 蛋白 14.3g 脂質 11.8g 炭水 62.1g 食繊 1.0g 食塩 2.0g	
朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食
■牛乳 牛乳 100.0g ■星たべよ 星たべよ 1枚	■牛乳 牛乳 100.0g ■サッポロポテト 1オサッポロポテト 3.0g	■牛乳 牛乳 100.0g ■ばりんこ ばりんこ 1枚	■牛乳 牛乳 100.0g ■たべっこベイベー たべっこベイベー 5.0g	■牛乳 牛乳 100.0g ■バナナ バナナ 1/3本	■牛乳 牛乳 100.0g ■味しらべ 味しらべ 1枚	
昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
■ご飯 米 40.0g ■白身魚の幽庵焼き ホキ 1/2切 酒 0.9g 濃口しょうゆ 1.0g 上白糖 0.6g 風味だし汁 3.8g レモン果汁 0.8g インゲン 10.0g 濃口しょうゆ 0.3g 上白糖 0.1g ■小松菜の煮浸し 小松菜 28.5g 人参 4.7g 揚げ 1.7g うす口しょうゆ 0.5g 上白糖 0.5g みりん 0.5g 風味だし汁 8.0g ■さつま揚げの味噌汁 さつま揚げ 5.0g 玉ねぎ 12.0g ねぎ 1.0g 味噌 4.0g	■ご飯 米 40.0g ■星のコロッケ 星のコロッケ 2個 植物油 3.0g とんかつソース 3.5g ブロッコリー 10.0g 塩 適量 ■マカロニサラダ マカロニ 8.0g 人参 4.0g インゲン 5.0g エッグケア 3.0g うす口しょうゆ 適量 塩 適量 ■豆腐の味噌汁 絹ごし豆腐 14.0g わかめ 0.4g ねぎ 1.0g 味噌 4.0g	■ご飯 米 40.0g ■チャプチェ 豚肉 30.0g 春雨 6.0g 玉ねぎ 17.1g 人参 4.2g ピーマン 4.7g 干し椎茸 0.2g うす口しょうゆ 1.4g チキンスープ 0.2g 上白糖 0.7g ごま油 0.2g ごま 0.8g ■餃子 ギョーザ 1個 ■わかめスープ わかめ 0.6g コーン 3.0g 人参 4.7g チキンスープ 0.8g 塩 適量	■☆お誕生日会☆ ■ご飯 米 40.0g ■煮込みハンバーグ 国産ハンバーグ 1個 デミソース 15.0g ケチャップ 6.7g 人参 10.0g 無塩バター 1.0g コンソメ 0.2g 上白糖 0.2g ■カラフルサラダ キャベツ 25.0g ツナ 5.0g パプリカ(赤) 3.0g パプリカ(黄) 3.0g 和風ドレッシング ■コンソメスープ コンソメ 0.8g うす口しょうゆ 0.4g 塩 適量 玉ねぎ 14.0g 人参 5.0g パセリ 1.0g	■ご飯 米 40.0g ■五目豆腐 木綿豆腐 38.0g 豚ミンチ 30.0g チンゲン菜 17.1g 人参 7.6g 干し椎茸 0.3g 濃口しょうゆ 1.5g 上白糖 0.6g 酒 0.6g なたね油 0.2g 片栗粉 0.8g ■ツナと白菜のさっぱり和え ツナ 5.0g 白菜 20.0g 人参 4.0g ポン酢 0.5g 上白糖 0.2g ごま油 適量 ■茄子の味噌汁 なす 12.0g 玉ねぎ 8.0g ねぎ 1.0g 味噌 4.0g	■焼きそば 焼きそば 1/2玉 豚肉 15.0g キャベツ 16.0g 玉ねぎ 16.0g 人参 5.0g なたね油 0.2g 焼きそばソース 8.0g お好み焼ソース(500g) 8.0g 塩 適量 かつお節 適量 青のり 適量 ■もやしスープ もやし 12.0g 人参 5.0g にら 1.0g チキンスープ 1.0g 塩 適量 ■青りんごゼリー 青りんごゼリー 1個	
3時	3時	3時	3時	3時	3時	3時
■牛乳 牛乳 100.0g ■さつま芋蒸しパン さつま芋 15.0g ホットケーキミックス 13.0g 上白糖 1.5g 牛乳 4.9g	■お茶 ほうじ茶(浸出液) 100.0g ■オレンジ寒天 寒天 0.4g 水 12.0g オレンジジュース 40.0g 上白糖 3.5g ■サラダせん サラダせん 1枚	■牛乳 牛乳 100.0g ■ふのラスク おつゆ麩 7.0g マーガリン 6.5g 上白糖 6.5g	■牛乳 牛乳 100.0g ■ケーキアラモード 小麦粉 8.0g ベーキングパウダー 0.6g 鶏卵 7.2g 有塩バター 1.6g 上白糖 4.8g 牛乳 5.0g 黄桃缶 8.0g みかん缶 8.0g ホイップ 10.0g	■牛乳 牛乳 100.0g ■フライドポテト シューストポテト 49.0g 塩 適量 植物油 2.0g	■牛乳 牛乳 100.0g ■醤油せんべい 醤油せんべい 1枚 ■野菜クラッカー 野菜クラッカー 1枚	

献立予定(実施)表

(2021年 8月23日～2021年 8月29日)

8月23日 (月)	8月24日 (火)	8月25日 (水)	8月26日 (木)	8月27日 (金)	8月28日 (土)	8月29日 (日)
E 429kcal 蛋白 19.8g 脂質 11.4g 炭水 64.0g 食纖 3.3g 食塩 1.2g	E 471kcal 蛋白 17.1g 脂質 14.0g 炭水 50.8g 食纖 1.9g 食塩 1.9g	E 421kcal 蛋白 12.5g 脂質 9.7g 炭水 72.8g 食纖 2.4g 食塩 1.7g	E 523kcal 蛋白 19.8g 脂質 23.2g 炭水 61.4g 食纖 2.8g 食塩 1.5g	E 712kcal 蛋白 16.9g 脂質 34.3g 炭水 87.0g 食纖 4.6g 食塩 2.4g	E 489kcal 蛋白 16.7g 脂質 14.3g 炭水 78.6g 食纖 1.6g 食塩 1.2g	
朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食
■牛乳 牛乳 100.0g ■星たべよ 星たべよ 1枚	■牛乳 牛乳 100.0g ■マリー マリービスケット 1枚	■牛乳 牛乳 100.0g ■ばりんこ ばりんこ 1枚	■牛乳 牛乳 100.0g ■バナナ バナナ 1/3本	■牛乳 牛乳 100.0g ■たべっこベイベー たべっこベイベー 5.0g	■牛乳 牛乳 100.0g ■味しらべ 味しらべ 1枚	
昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
■豚丼 米 50.0g 豚肉 43.2g 玉ねぎ 43.2g 人参 6.0g ねぎ 1.8g 濃口しょうゆ 0.6g うす口しょうゆ 0.6g 上白糖 0.8g みりん 0.5g ■カリフラワーの和え物 カリフラワー 22.0g 人参 5.0g 濃口しょうゆ 1.0g 上白糖 0.3g ■わかめの味噌汁 わかめ 0.6g 玉ねぎ 12.0g ねぎ 1.0g 味噌 4.0g	■冷やしうどん 細うどん 1/2玉 豚肉 25.0g 干し椎茸 0.4g 濃口しょうゆ 0.3g 上白糖 0.1g 小松菜 10.0g 人参 5.0g 天かす 1.5g めんつゆ 13.0g ■茄子とベーコンのソテー なす 25.0g ベーコン 8.0g 玉ねぎ 18.0g パプリカ(赤) 3.6g なたね油 0.2g 濃口しょうゆ 1.0g コンソメ 適量 ■みかん缶 みかん缶 30.0g	■ご飯 米 50.0g ■白身魚のフライ 白身魚フライ 2/3個 植物油 2.5g とんかつソース 5.0g インゲン 10.0g 濃口しょうゆ 0.3g 上白糖 0.1g ■春雨の和え物 春雨 4.0g 人参 5.0g きゅうり 15.0g うす口しょうゆ 0.4g 酢 0.3g ごま油 0.2g 塩 適量 ■玉ねぎの味噌汁 玉ねぎ 12.0g 人参 4.0g ねぎ 1.0g 味噌 4.0g	■ロールパン ロールパン 1ﾊﾞｯｸ ■鶏肉のケチャップ焼き 鶏肉 2枚 塩 適量 ケチャップ 6.0g 上白糖 1.0g 酒 1.0g なたね油 0.2g アスパラ 10.0g 塩 適量 ■キャベツとコーンのサラダ キャベツ 25.0g コーン 3.0g チャンボンスライス 5.0g 和風ドレッシング 3.0g ■コンソメスープ コンソメ 0.8g うす口しょうゆ 0.4g 塩 適量 かぼちゃ 18.0g 人参 5.0g パセリ 1.0g	■カレーライス 米 50.0g 牛肉 25.0g じゃが芋 16.0g 玉ねぎ 30.0g 人参 10.0g カレールー 16.0g なたね油 0.2g 水 50.0g ■ブロッコリーのマヨ和え ブロッコリー 22.0g ささみ 5.0g 人参 5.0g エッグケア 3.0g ■パイン缶 パイン缶 30.0g	■鶏そぼろ丼 米 50.0g 鶏ミンチ 30.0g 玉ねぎ 15.0g 濃口しょうゆ 1.2g 上白糖 0.6g みりん 0.2g 片栗粉 0.3g なたね油 0.2g 小松菜 15.0g 人参 3.0g 濃口しょうゆ 1.0g 上白糖 0.5g 風味だし汁 18.0g ■さつま芋の味噌汁 さつま芋 14.0g 人参 5.0g ねぎ 1.0g 味噌 4.0g ■桃ゼリー 桃ゼリー 1個	
3時	3時	3時	3時	3時	3時	3時
■お茶 ほうじ茶(浸出液) 100.0g ■お好み焼き キャベツ 20.0g 天かす 1.0g 人参 3.6g 豚ミンチ 6.0g 小麦粉 7.8g 鶏卵 5.0g 風味だし汁 5.0g お好みソース 1.5g 粉かつお 0.2g 青のり 0.1g	■お茶 ほうじ茶(浸出液) 100.0g ■しぐれおにぎり 米 36.0g 牛ミンチ 8.0g 濃口しょうゆ 0.8g 上白糖 0.8g みりん 0.3g 酒 0.3g しょうが 0.1g	■お茶 ほうじ茶(浸出液) 100.0g ■フルーチェ フルーチェ(イチゴ) 30.0g 牛乳 30.0g ■ぼたぼた焼き ぼたぼた焼 1枚	■牛乳 牛乳 100.0g ■ちんすこう 小麦粉 10.0g 上白糖 5.3g 片栗粉 3.0g なたね油 5.3g	■牛乳 牛乳 100.0g ■プリン プリンミックス 12.9g 水 55.0g ■醤油せんべい 醤油せんべい 1枚	■牛乳 牛乳 100.0g ■ハッピーターン ハッピーターン 1個 ■ラムネ ラムネ 1個	

乳児

献立予定(実施)表

(2021年 8月30日～2021年 8月31日)

8月30日（月）	8月31日（火）					
E 446kcal 蛋白 19.8g 脂質 15.3g 炭水 61.1g 食繊 2.2g 食塩 1.1g	E 491kcal 蛋白 15.3g 脂質 20.2g 炭水 64.8g 食繊 1.9g 食塩 1.7g					
朝食	朝食					
■牛乳 牛乳 100.0g ■星たべよ 星たべよ 1枚	■牛乳 牛乳 100.0g ■サッポロポテト 1才サッポロポテト 3.0g					
昼食	昼食					
■ご飯 米 40.0g ■豚肉の生姜炒め 豚肉 35.0g 玉ねぎ 15.0g キャベツ 20.0g 人参 4.0g 濃口しょうゆ 1.0g 上白糖 0.5g みりん 1.0g しょうが 0.3g なたね油 0.2g ■大豆の五目煮 大豆 12.0g 大根 6.0g 人参 4.0g こんにゃく 5.0g 干し椎茸 0.2g 濃口しょうゆ 0.5g 上白糖 0.2g みりん 0.2g 風味だし汁 4.0g ■青菜の味噌汁 小松菜 14.0g 玉ねぎ 8.0g おつゆ麴 1.0g 味噌 4.0g	■ご飯 米 40.0g ■メンチカツ メンチカツ 1個 植物油 3.5g ケチャップ 2.0g とんかつソース 2.0g インゲン 10.0g 濃口しょうゆ 0.3g 上白糖 0.1g ■わかめのさっぱりサラダ わかめ 1.0g 白菜 25.0g 人参 4.0g ポン酢 1.6g 上白糖 0.4g ごま油 適量 ■えのきのすまし汁 えのき 5.0g 人参 5.0g みつば 1.0g うす口しょうゆ 1.5g 塩 適量					
3時	3時					
■牛乳 牛乳 100.0g ■りんご寒天 寒天 0.3g 水 10.8g アップルジュース 36.0g 上白糖 2.1g ■サラダせん サラダせん 1枚	■牛乳 牛乳 100.0g ■シュガーパイ パイシート 15.0g グラニュー糖 3.0g					