

栄 養 月 報

2022年2月1日 ～ 2022年2月28日 （ ベビーセンターいっちゃん保育園 ， 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												食物繊維 g	食塩 g
					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			
穀類	米	820.0	45.6	34.0	156	2.8	0.5	1	3	41	0.4	0	0.04	0.01	0	0.3	0.0	
	パン類	58.5	3.3	7.0	10	0.3	0.3	14	1	3	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0	
	めん類	132.5	7.4	12.0	15	0.5	0.1	3	0	5	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0	
	その他の穀類	124.9	6.9	6.5	25	0.7	0.2	22	4	12	0.1	0	0.01	0.00	0	0.2	0.0	
いも類	芋類	64.4	3.6	12.0	3	0.1	0.0	0	1	16	0.0	0	0.00	0.00	1	0.2	0.0	
	いも類加工品	22.9	1.3	1.5	3	0.0	0.0	0	1	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
砂糖及び甘味類		62.4	3.5	4.5	14	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	98.7	5.5	6.0	6	0.6	0.4	1	6	11	0.1	0	0.01	0.00	0	0.1	0.0	
	大豆、その他の豆類	15.8	0.9	2.5	2	0.2	0.1	0	1	6	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0	
種実類		2.8	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	536.6	29.8	25.0	8	0.4	0.0	8	20	81	0.2	115	0.01	0.02	8	0.7	0.0	
	その他の野菜類	633.0	35.2	35.0	11	0.4	0.0	2	11	69	0.1	1	0.01	0.01	5	0.7	0.0	
	野菜漬物	1.4	0.1	—	0	0.0	0.0	2	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
果実類	果実類	69.6	3.9	20.0	3	0.0	0.0	0	0	10	0.0	0	0.00	0.00	1	0.0	0.0	
	果実加工品	66.8	3.7	3.5	3	0.0	0.0	0	0	3	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
きのこ類		50.0	2.8	3.0	1	0.1	0.0	2	0	9	0.0	0	0.00	0.01	0	0.1	0.0	
藻類		1.7	0.1	0.5	0	0.0	0.0	6	1	1	0.0	1	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
魚介類	魚介類（生）	200.0	11.1	10.0	22	2.3	1.4	10	1	44	0.1	3	0.02	0.04	0	0.0	0.0	
	干物、塩蔵、缶詰	19.3	1.1	2.5	3	0.3	0.2	8	1	3	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
	練製品	16.3	0.9	0.5	1	0.1	0.0	7	1	1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
肉類	肉類（生）	295.3	16.4	13.0	29	3.0	1.8	9	1	48	0.2	4	0.04	0.03	0	0.0	0.0	
	肉加工品	13.0	0.7	1.5	3	0.1	0.3	5	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
卵類		62.2	3.5	5.5	5	0.4	0.3	6	2	4	0.1	7	0.00	0.01	0	0.0	0.0	
乳類	牛乳	3236.1	179.8	160.0	110	5.9	6.8	74	198	270	0.0	68	0.07	0.27	2	0.0	0.2	
	乳製品	53.0	2.9	20.0	4	0.1	0.3	5	5	5	0.0	2	0.00	0.01	0	0.0	0.0	
油脂類	植物性	60.8	3.4	1.5	25	0.0	2.7	17	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
	動物性	1.1	0.1	0.5	1	0.0	0.1	0	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
調味料類	食塩	1.4	0.1	0.5	0	0.0	0.0	40	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1	
	醤油	47.0	2.6	3.0	2	0.2	0.0	150	0	9	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.3	
	味噌	26.2	1.5	2.5	3	0.2	0.1	72	2	6	0.1	0	0.00	0.00	0	0.1	0.2	
その他	その他の調味料	75.2	4.2	5.5	10	0.1	0.3	136	2	9	0.0	1	0.00	0.00	0	0.1	0.3	
	その他	602.2	33.5	25.0	37	0.5	1.4	33	9	31	0.2	0	0.01	0.01	1	0.1	0.1	
	その他 1	345.8	19.2	—	0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
合 計					516	19.3	17.4	633	273	698	1.6	202	0.22	0.42	18	2.9	1.2	
基 準 値					462	19.1	12.8	630	212	0	2.3	187	0.25	0.27	20	0.0	1.5	
充 足 率					111.69	101.05	135.94	100.48	128.77	—	69.57	108.02	88.00	155.56	90.00	—	80.00	

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
207 kcal	157 kcal	77 kcal	12.2 g	10.0 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
$\frac{207}{516} \times 100 = 40.1\%$	$\frac{17.4 \times 9}{516} \times 100 = 30.3\%$	$100 - 30.3 - \left(\frac{19.3 \times 4}{516} \times 100 \right) = 54.7\%$	$\frac{12.2}{19.3} \times 100 = 63.2\%$	$\frac{10.0}{17.4} \times 100 = 57.5\%$	$\frac{2.45}{6.64} = 0.37$	6.64 : 5.08 : 2.45 = 3 : 2.3 : 1.1

献立予定(実施)表

(2022年 2月 1日～2022年 2月 6日)

2月 1日 (火)	2月 2日 (水)	2月 3日 (木)	2月 4日 (金)	2月 5日 (土)	2月 6日 (日)	
E 503kcal 蛋白 20.2g 脂質 17.0g 炭水 70.0g 食繊 1.8g 食塩 0.8g	E 566kcal 蛋白 23.9g 脂質 20.2g 炭水 75.3g 食繊 2.8g 食塩 2.1g	E 471kcal 蛋白 17.1g 脂質 12.8g 炭水 75.3g 食繊 3.1g 食塩 1.4g	E 487kcal 蛋白 16.8g 脂質 19.2g 炭水 64.0g 食繊 4.8g 食塩 1.3g	E 198kcal 蛋白 7.1g 脂質 10.0g 炭水 22.6g 食繊 g 食塩 0.4g		
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 ■バナナ バナナ 1/3本	■牛乳 牛乳 100.0g ■ばりんこ ばりんこ 2枚	■牛乳 牛乳 100.0g ■たべっこベイビー たべっこベイビー 5.0g	■牛乳 牛乳 100.0g ■味しらべ 味しらべ 2枚		
昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	
■ご飯 米 50.0g ■鯖の竜田揚げ さば 1/2切 しょうが 0.1g 濃口しょうゆ 1.0g 酒 0.5g 片栗粉 3.0g 植物油 3.0g インゲン 10.0g 濃口しょうゆ 0.3g 上白糖 0.1g ■キャベツとさつま揚げの和え キャベツ 25.0g さつま揚げ 5.0g 人参 5.0g 濃口しょうゆ 0.8g 上白糖 0.3g ■えのきのすまし汁 えのき 6.0g 玉ねぎ 8.0g ねぎ 1.0g うす口しょうゆ 0.8g 塩 適量	■ご飯 米 50.0g ■麻婆豆腐 木綿豆腐 40.0g 豚ミンチ 27.0g しょうが 0.5g 玉ねぎ 10.0g 人参 5.0g ねぎ 1.5g なたね油 0.2g ごま油 0.2g チキンスープ 1.0g 濃口しょうゆ 2.0g みりん 1.4g 味噌 3.2g 水 21.0g 片栗粉 0.9g ■焼売 焼売 2個 ■チンゲン菜のスープ チンゲン菜 8.0g 玉ねぎ 12.0g チキンスープ 0.8g 塩 適量	■散らし寿司 米 50.0g 揚げ 1.8g 高野豆腐 3.0g 人参 3.0g 干し椎茸 0.5g ごま 0.5g 濃口しょうゆ 2.5g 酢 3.0g 上白糖 3.0g 塩 適量 きゅうり 6.0g 錦糸玉子 10.0g かにかま 6.2g のり 0.5g ■ほうれん草のおかか和え ほうれん草 30.0g しめじ 5.0g 人参 5.0g かつお節 0.3g 濃口しょうゆ 0.8g 上白糖 0.3g ■麩のすまし汁 手鞠麩 1.0g わかめ 0.4g うす口しょうゆ 0.8g 塩 適量	■トマトスパゲティー スパゲティ 36.0g 塩 適量 ベーコン 8.0g マッシュルーム 8.0g エリンギ 6.0g 玉ねぎ 24.0g ピーマン 4.0g なたね油 0.2g トマトホール缶 16.0g ケチャップ 8.2g ■豆菜サラダ 大豆 5.0g 小松菜 25.0g 人参 5.0g ごま 1.0g エッグケア 4.0g 塩 適量 ■じゃが芋のスープ コンソメ 0.8g うす口しょうゆ 0.5g 塩 適量 じゃが芋 12.0g 玉ねぎ 10.0g 人参 5.0g パセリ 適量	■お弁当会		
3時	3時	3時	3時	3時	3時	
■牛乳 牛乳 100.0g ■杏仁豆腐 バイン缶 16.0g 黄桃缶 17.0g 杏仁豆腐 14.0g	■牛乳 牛乳 100.0g ■きなこサンド 食パン(37g×10枚切1斤)判 1/2枚 マーガリン 2.0g きな粉 1.8g 上白糖 1.8g	■牛乳 牛乳 100.0g ■鬼まんじゅう さつま芋 17.6g ホットケーキミックス 9.6g 上白糖 1.5g 牛乳 4.9g	■牛乳 牛乳 100.0g ■マフィン 小麦粉 13.5g ベーキングパウダー 0.5g 鶏卵 5.2g なたね油 3.0g 上白糖 5.2g 牛乳 4.5g	■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		

乳児

献立予定(実施)表

(2022年 2月 7日～2022年 2月13日)

2月 7日 (月)	2月 8日 (火)	2月 9日 (水)	2月10日 (木)	2月11日 (金)	2月12日 (土)	2月13日 (日)
E 528kcal 蛋白 22.5g 脂質 18.5g 炭水 72.0g 食繊 2.2g 食塩 1.3g	E 609kcal 蛋白 20.7g 脂質 20.6g 炭水 87.7g 食繊 2.5g 食塩 1.4g	E 521kcal 蛋白 17.3g 脂質 12.9g 炭水 85.0g 食繊 3.2g 食塩 2.3g	E 502kcal 蛋白 16.8g 脂質 18.7g 炭水 71.6g 食繊 4.5g 食塩 2.3g		E 394kcal 蛋白 13.6g 脂質 12.7g 炭水 59.3g 食繊 1.6g 食塩 1.8g	
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 ■ぱりんこ ぱりんこ 2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 ■味しらべ 味しらべ 2枚	
昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
■ご飯 米 50.0g ■さわらの西京焼き さわら 1/2切 酒 1.0g 白味噌 4.0g みりん 1.0g 上白糖 0.5g インゲン 10.0g 濃口しょうゆ 0.3g 上白糖 0.1g ■ブロッコリーのツナ和え ブロッコリー 22.0g ツナ 5.0g 人参 5.0g 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 12.0g 玉ねぎ 10.0g 人参 5.0g うす口しょうゆ 0.8g 塩 適量	■ご飯 米 50.0g ■肉団子の甘酢あんかけ ミートボール 3個 玉ねぎ 10.0g パプリカ(黄) 5.0g パプリカ(赤) 5.0g 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 ■大根スープ 大根 12.0g わかめ 0.4g にら 1.0g チキンスープ 0.8g 塩 適量	■ロールパン ロールパン 1パック ■マカロニチキン マカロニ 6.5g 玉ねぎ 24.0g 鶏肉 2枚 しめじ 5.0g なたね油 0.2g トマトホール缶 16.0g ケチャップ 11.0g 上白糖 1.0g コンソメ 0.1g 塩 適量 パセリ 1.0g ■アスパラのサラダ アスパラ 25.0g 人参 5.0g 青じそドレッシング 4.0g ■野菜スープ かぼちゃ 8.0g 大豆 5.0g 玉ねぎ 5.0g コンソメ 0.8g うす口しょうゆ 0.5g 塩 適量	■カレーライス 米 50.0g 牛肉 20.0g じゃが芋 16.0g 玉ねぎ 30.0g 人参 5.0g カレールー 16.0g なたね油 0.2g 水 50.0g ■コーンサラダ キャベツ 25.0g コーン 8.0g 人参 5.0g 和風ドレッシング 4.0g ■オレンジ オレンジ 1/6玉		■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 お好みソース 8.0g 濃口しょうゆ 適量 塩 適量 粉かつお 適量 ■中華スープ コーン 5.0g 玉ねぎ 12.0g にら 1.0g チキンスープ 0.8g 塩 適量 ■黄桃缶 黄桃缶 30.0g	
3時	3時	3時	3時	3時	3時	3時
■牛乳 牛乳 100.0g ■マシュマロサンド ルヴァンｸﾞｶｰ 4枚 マシュマロ 2個	■牛乳 牛乳 100.0g ■りんごとさつま芋のケーキ ホットケーキミックス 15.0g 上白糖 6.4g マーガリン 6.4g 鶏卵 11.2g 牛乳 2.4g さつま芋 8.8g りんご缶 8.8g	■お茶 ほうじ茶(浸出液) 100.0g ■菜飯おにぎり 米 50.0g 菜めしの素 1.0g	■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 ■ぼたぼた焼き ぼたぼた焼 1枚 ■ラムネ ラムネ 1個	

乳児

献立予定(実施)表

(2022年 2月14日～2022年 2月20日)

2月14日 (月)	2月15日 (火)	2月16日 (水)	2月17日 (木)	2月18日 (金)	2月19日 (土)	2月20日 (日)
E 554kcal 蛋白 17.1g 脂質 21.3g 炭水 76.6g 食繊 2.7g 食塩 0.8g	E 549kcal 蛋白 20.4g 脂質 18.6g 炭水 78.9g 食繊 4.5g 食塩 1.1g	E 441kcal 蛋白 16.5g 脂質 11.9g 炭水 68.9g 食繊 2.3g 食塩 1.6g	E 458kcal 蛋白 18.2g 脂質 12.8g 炭水 68.2g 食繊 2.2g 食塩 1.1g	E 581kcal 蛋白 21.1g 脂質 24.1g 炭水 72.6g 食繊 2.3g 食塩 1.7g	E 485kcal 蛋白 17.1g 脂質 14.5g 炭水 76.3g 食繊 2.6g 食塩 1.6g	
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 ■ぱりんこ ぱりんこ 2枚	■牛乳 牛乳 100.0g ■バナナ バナナ 1/3本	■牛乳 牛乳 100.0g ■たべっこベビー たべっこベビー 5.0g	■牛乳 牛乳 100.0g ■味しらべ 味しらべ 2枚	
昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
■ご飯 米 50.0g ■豚肉の生姜炒め 豚肉 20.0g 玉ねぎ 20.0g キャベツ 30.0g 人参 5.0g 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 ■インゲンのおかか和え インゲン 24.0g 人参 5.0g 粉かつお 0.8g 濃口しょうゆ 0.8g 上白糖 0.3g ■わかめのすまし汁 わかめ 0.4g 玉ねぎ 10.0g ねぎ 1.0g うす口しょうゆ 0.8g 塩 適量	■ご飯 米 50.0g ■牛肉のすき煮 牛肉 20.0g 木綿豆腐 20.0g 糸こんにゃく 10.0g 白菜 30.0g 玉ねぎ 20.0g えのき 4.0g 人参 5.0g 濃口しょうゆ 1.0g 上白糖 1.0g みりん 0.5g ■青菜のさっぱり和え チンゲン菜 35.0g 人参 5.0g ちりめんじゃこ 3.0g ポン酢 1.0g 上白糖 0.2g ごま油 0.2g ■しめじの味噌汁 しめじ 5.0g 玉ねぎ 10.0g ねぎ 1.0g 味噌 4.0g	■ご飯 米 50.0g ■豚肉のチンジャオロース風 豚肉 25.0g うす口しょうゆ 0.8g 上白糖 0.3g ごま油 0.2g 玉ねぎ 25.0g ピーマン 20.0g たけのこ 10.0g なたね油 0.2g チキンスープ 0.2g うす口しょうゆ 1.0g 上白糖 0.4g 酒 0.1g ごま油 0.5g 片栗粉 0.8g 水 0.8g ■餃子 ギョーザ 1個 ■ほうれん草のスープ ほうれん草 14.0g コーン 5.0g チキンスープ 0.8g 塩 適量	■ご飯 米 50.0g ■ぶりの照り焼き ぶり 1/2切 濃口しょうゆ 2.0g みりん 2.0g 上白糖 1.0g 酒 1.0g 人参 10.0g 濃口しょうゆ 0.3g 上白糖 0.1g ■白菜の和え物 白菜 39.0g 人参 5.0g 濃口しょうゆ 0.8g 上白糖 0.3g ■なめこの味噌汁 なめこ 5.0g 大根 8.0g ねぎ 1.0g 味噌 4.0g	■菜飯 米 50.0g 菜めしの素 1.0g ■鶏の唐揚げ 鶏肉 2枚 濃口しょうゆ 1.6g みりん 0.8g 小麦粉 2.1g 片栗粉 2.1g 植物油 2.0g ブロッコリー 10.0g 塩 適量 ■キャベツのサラダ キャベツ 25.0g ツナ 5.0g 人参 3.0g 和風ドレッシング 4.0g ■ベーコンスープ コンソメ 0.8g うす口しょうゆ 0.5g 塩 適量 ベーコン 5.0g 玉ねぎ 8.0g コーン 2.0g パセリ 1.0g	■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 2.5g 上白糖 1.2g みりん 0.4g 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 2.0g 上白糖 1.0g 風味だし汁 18.0g ■じゃが芋の味噌汁 じゃが芋 12.0g 人参 5.0g ねぎ 1.0g 味噌 4.0g ■バイン缶 バイン缶 30.0g	
3時	3時	3時	3時	3時	3時	3時
■牛乳 牛乳 100.0g ■バレンタインクッキー 小麦粉 16.0g ココア 0.1g マーガリン 12.0g 上白糖 5.5g 牛乳 0.7g	■牛乳 牛乳 100.0g ■フライドポテト シューストポテト 50.0g パセリ 1.0g 塩 適量 植物油 2.0g	■お茶 ほうじ茶（浸出液） 100.0g ■うどんのおやき うどん 1/8玉 鶏卵 5.8g 小麦粉 2.2g ねぎ 1.0g 粉かつお 0.2g めんつゆ 2.0g ポン酢 2.0g ごま油 0.2g	■お茶 ほうじ茶（浸出液） 100.0g ■ももヨーグルト ヨーグルト 40.0g 上白糖 5.0g コーンフレーク 3.0g 黄桃缶 15.0g	■牛乳 牛乳 100.0g ■ココアプリンアラモード ココア 1.0g プリンミックス 12.9g 水 55.0g ホイップ 8.0g 黄桃缶 10.0g	■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	

乳児

献立予定(実施)表

(2022年 2月21日～2022年 2月27日)

2月21日 (月)	2月22日 (火)	2月23日 (水)	2月24日 (木)	2月25日 (金)	2月26日 (土)	2月27日 (日)
E 507kcal 蛋白 22.3g 脂質 17.2g 炭水 70.3g 食繊 2.7g 食塩 1.4g	E 551kcal 蛋白 20.4g 脂質 17.9g 炭水 81.2g 食繊 3.1g 食塩 1.0g		E 379kcal 蛋白 15.2g 脂質 10.0g 炭水 58.6g 食繊 1.6g 食塩 1.6g	E 560kcal 蛋白 21.1g 脂質 23.1g 炭水 70.4g 食繊 2.7g 食塩 1.4g	E 492kcal 蛋白 16.4g 脂質 16.1g 炭水 73.7g 食繊 2.9g 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 ■ぱりんこ ぱりんこ 2枚	■牛乳 牛乳 100.0g ■たべっこベビー たべっこベビー 5.0g	■牛乳 牛乳 100.0g ■味しらべ 味しらべ 2枚	
昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
■ご飯 米 50.0g ■さわらのごま醤油焼き さわら 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 なたね油 0.2g 小松菜 15.0g 濃口しょうゆ 0.3g 上白糖 0.1g ■切干大根の煮物 切干大根 3.6g 揚げ 3.0g 人参 4.0g 干し椎茸 0.5g うす口しょうゆ 0.8g 上白糖 0.8g みりん 0.8g 風味だし汁 17.0g なたね油 0.1g ■えのきの味噌汁 えのき 5.0g 玉ねぎ 8.0g 人参 3.6g ねぎ 1.0g 味噌 4.0g	■他人丼 米 50.0g 牛肉 25.0g 玉ねぎ 30.0g 鶏卵 20.0g 濃口しょうゆ 1.5g うす口しょうゆ 1.5g 上白糖 1.4g みりん 0.8g 風味だし汁 17.0g みつば 1.5g ■ごぼうサラダ ごぼう 25.0g 人参 5.0g コーン 5.0g ごまだれ 5.0g ■湯葉のすまし汁 湯葉 0.6g 玉ねぎ 8.0g 人参 5.0g うす口しょうゆ 0.8g 塩 適量		■中華そば 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 チキンスープ 1.0g 濃口しょうゆ 3.5g 塩 適量 ごま油 0.3g 水 160.0g ■白菜のツナ和え 白菜 39.0g 人参 5.0g ツナ 5.0g 濃口しょうゆ 0.8g 上白糖 0.3g ■オレンジ オレンジ 1/6玉	■ご飯 米 50.0g ■鶏肉の照り焼き 鶏肉 2枚 濃口しょうゆ 2.0g 上白糖 0.5g みりん 1.0g さつま芋 10.0g 塩 0.1g ■卵の花 ちくわ 5.0g おから 11.2g 人参 5.0g インゲン 5.0g 濃口しょうゆ 1.0g うす口しょうゆ 0.7g 上白糖 1.0g 風味だし汁 17.0g なたね油 0.2g ■白菜の味噌汁 白菜 12.0g 人参 5.0g ねぎ 1.0g 味噌 4.0g	■ピラフ 米 50.0g 玉ねぎ 15.0g ミックスベジタブル 15.0g 鶏肉 25.0g 塩 適量 コンソメ 0.8g なたね油 0.2g ■ポトフ ベーコン 5.0g じゃが芋 16.0g 玉ねぎ 5.0g 人参 3.6g コンソメ 0.8g うす口しょうゆ 0.5g 塩 適量 ■みかん缶 みかん缶 30.0g	
3時	3時	3時	3時	3時	3時	3時
■牛乳 牛乳 100.0g ■スティックケーキ ホットケーキミックス 10.0g 鶏卵 2.0g 牛乳 7.5g チーズ 5.0g 上白糖 2.5g	■牛乳 牛乳 100.0g ■ちんすこう 小麦粉 10.5g 片栗粉 3.0g 上白糖 5.3g なたね油 4.7g		■お茶 ほうじ茶(浸出液) 100.0g ■しぐれおにぎり 米 30.0g 牛ミンチ 8.0g 濃口しょうゆ 2.4g 上白糖 2.4g みりん 0.8g 酒 0.8g しょうが 0.1g	■牛乳 牛乳 100.0g ■ふのラスク おつゆ麩 8.0g なたね油 8.0g 上白糖 6.0g	■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	

乳児

献立予定(実施)表

(2022年 2月28日～2022年 2月28日)

2月28日 (月)						
E 499kcal 蛋白 22.7g 脂質 17.0g 炭水 65.8g 食繊 2.4g 食塩 1.5g						
朝食						
■牛乳 牛乳 100.0g ■星たべよ 星たべよ 1枚						
昼食						
■ご飯 米 40.0g ■鯖の味噌煮 さば 1/2切 しょうが 0.1g 酒 1.6g 白味噌 3.0g 濃口しょうゆ 1.5g 上白糖 2.4g みりん 1.3g 人参 10.0g 濃口しょうゆ 0.3g 上白糖 0.1g ■インゲンのごま和え インゲン 22.0g 人参 4.0g ごま 0.3g うす口しょうゆ 0.8g 上白糖 0.3g ■かき玉汁 鶏卵 8.0g 玉ねぎ 10.0g みつば 1.0g うす口しょうゆ 0.8g 塩 適量						
3時						
■牛乳 牛乳 100.0g ■きな粉蒸しパン ホットケーキミックス 16.0g 上白糖 1.0g きな粉 4.0g 牛乳 16.0g						