

栄 養 月 報

2023年12月1日 ～ 2023年12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	カルシウム mg	鉄 mg	ナトリウム 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	846.00	42.30	34.0	145	2.6	0.4	2	0.4	0	0	0.04	0.01	0	0.2	0.0
	パン類	58.50	2.93	7.0	9	0.3	0.2	1	0.0	12	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0
	めん類	156.67	7.83	12.0	10	0.3	0.0	0	0.0	5	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
	その他の穀類	100.32	5.02	6.5	19	0.5	0.4	2	0.1	14	0	0.01	0.00	0	0.1	0.0
いも類	芋類	51.00	2.55	12.0	2	0.1	0.0	0	0.0	0	0	0.00	0.00	1	0.2	0.0
	いも類加工品	24.45	1.22	1.5	3	0.0	0.0	0	0.0	0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
	砂糖及び甘味類	54.32	2.72	4.5	11	0.0	0.0	0	0.0	0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
豆類	大豆製品	97.93	4.90	6.0	6	0.5	0.4	5	0.1	1	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0
	大豆、その他の豆類	16.80	0.84	2.5	2	0.2	0.1	1	0.0	0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
種実類		2.80	0.14	0.6	1	0.0	0.1	2	0.0	0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
野菜類	緑黄色野菜	528.54	26.43	25.0	8	0.4	0.0	19	0.2	9	120	0.01	0.02	5	0.7	0.0
	その他の野菜類	702.85	35.14	35.0	10	0.5	0.0	10	0.1	3	1	0.01	0.01	6	0.7	0.0
	野菜漬物	0.00	0.00	—	0	0.0	0.0	0	0.0	0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
果実類	果実類	126.80	6.34	20.0	5	0.1	0.0	1	0.0	0	2	0.00	0.00	1	0.1	0.0
	果実加工品	149.00	7.45	3.5	6	0.0	0.0	0	0.0	0	1	0.00	0.00	1	0.1	0.0
きのこ類		37.20	1.86	3.0	1	0.1	0.0	0	0.0	2	0	0.00	0.01	0	0.1	0.0
藻類	藻類	4.50	0.23	0.5	0	0.0	0.0	2	0.0	11	1	0.00	0.00	0	0.1	0.0
魚介類	魚介類（生）	160.00	8.00	10.0	9	1.4	0.3	1	0.0	12	3	0.00	0.01	0	0.0	0.0
	干物、塩蔵、缶詰	31.30	1.57	2.5	4	0.4	0.3	1	0.0	11	1	0.00	0.00	0	0.0	0.0
	練製品	10.00	0.50	0.5	1	0.1	0.0	0	0.0	4	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
肉類	肉類（生）	292.00	14.60	13.0	25	2.8	1.4	1	0.2	8	2	0.05	0.03	0	0.0	0.0
	肉加工品	0.00	0.00	1.5	0	0.0	0.0	0	0.0	0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
卵類		33.90	1.70	5.5	2	0.2	0.2	1	0.0	2	4	0.00	0.01	0	0.0	0.0
乳類	牛乳	3647.40	182.37	160.0	111	6.0	6.9	201	0.0	75	69	0.07	0.27	2	0.0	0.2
	乳製品	21.50	1.08	20.0	4	0.1	0.4	2	0.0	3	3	0.00	0.00	0	0.0	0.0
油脂類	植物性	57.96	2.90	1.5	22	0.0	2.3	0	0.0	15	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
	動物性	12.00	0.60	0.5	5	0.0	0.5	0	0.0	0	5	0.00	0.00	0	0.0	0.0
調味料類	食塩	0.31	0.02	0.2	0	0.0	0.0	0	0.0	8	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
	醤油	48.11	2.41	2.0	2	0.2	0.0	0	0.0	137	0	0.00	0.00	0	0.0	0.3
	味噌	32.70	1.64	2.0	3	0.2	0.1	2	0.1	81	0	0.00	0.00	0	0.1	0.2
	その他の調味料	113.88	5.69	4.5	16	0.3	0.7	3	0.0	204	1	0.00	0.00	0	0.1	0.5
その他	その他	766.28	38.31	25.0	51	1.0	1.8	16	0.4	53	1	0.01	0.01	1	0.2	0.1
	その他 1	544.60	27.23	—	0	0.0	0.0	0	0.0	0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
合 計					493	18.3	16.5	273	1.6	670	214	0.20	0.38	17	2.9	1.3
基 準 値					459	19.1	12.8	209	2.3	0	184	0.25	0.27	20	0.0	1.5
充 足 率					107.41	95.81	128.91	130.62	69.57	—	116.30	80.00	140.74	85.00	—	86.67

給食実施状況

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	朝食	昼食	夕食	10時	3時	夜食	合 計	
182 kcal	149 kcal	73 kcal	11.1 g	9.9 g	500 人	500 人	0 人	0 人	500 人	0 人	1500 人	
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
$\frac{182}{493} \times 100 = 36.9\%$		$\frac{16.5 \times 9}{493} \times 100 = 30.1\%$		$100 - 30.1 - \left(\frac{18.3 \times 4}{493} \times 100 \right) = 55.1\%$		$\frac{11.1}{18.3} \times 100 = 60.7\%$		$\frac{9.9}{16.5} \times 100 = 60.0\%$		$\frac{2.05}{6.50} = 0.32$		$6.50 : 4.37 : 2.05 = 3 : 2 : 0.9$

栄 養 月 報

2023年12月1日 ～ 2023年12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	カルシウム mg	鉄 mg	ナトリウム mg	レハル活性 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	1027.50	51.38	42.0	176	3.2	0.5	3	0.4	1	0	0.04	0.01	0	0.3
	パン類	77.00	3.85	12.0	12	0.4	0.3	1	0.0	17	0	0.00	0.00	0	0.1
	めん類	215.24	10.76	16.0	13	0.4	0.0	0	0.0	7	0	0.00	0.00	0	0.0
	その他の穀類	125.41	6.27	8.5	24	0.6	0.5	3	0.1	17	0	0.01	0.00	0	0.2
いも類	芋類	63.75	3.19	15.0	2	0.1	0.0	0	0.0	0	0	0.00	0.00	1	0.3
	いも類加工品	30.78	1.54	2.0	3	0.0	0.0	1	0.0	0	0	0.00	0.00	0	0.0
	砂糖及び甘味類	68.10	3.41	5.5	13	0.0	0.0	0	0.0	0	0	0.00	0.00	0	0.0
豆類	大豆製品	130.34	6.52	7.5	8	0.8	0.5	7	0.1	1	0	0.00	0.00	0	0.1
	大豆、その他の豆類	21.00	1.05	3.0	3	0.2	0.2	1	0.0	0	0	0.00	0.00	0	0.1
種実類		3.50	0.18	1.0	1	0.0	0.1	2	0.0	0	0	0.00	0.00	0	0.0
野菜類	緑黄色野菜	661.41	33.07	30.0	10	0.5	0.0	24	0.3	12	150	0.01	0.02	6	1.0
	その他の野菜類	878.58	43.93	45.0	13	0.6	0.0	13	0.1	3	1	0.02	0.01	8	0.8
	野菜漬物	0.00	0.00	—	0	0.0	0.0	0	0.0	0	0	0.00	0.00	0	0.0
果実類	果実類	93.60	4.68	20.0	2	0.0	0.0	1	0.0	0	3	0.00	0.00	2	0.0
	果実加工品	186.25	9.31	4.0	7	0.1	0.0	1	0.0	0	1	0.00	0.00	1	0.1
きのこ類		46.51	2.33	3.5	1	0.1	0.0	0	0.0	2	0	0.00	0.01	0	0.1
藻類	藻類	5.64	0.28	0.5	0	0.1	0.0	2	0.0	14	2	0.00	0.00	0	0.1
魚介類	魚介類（生）	160.00	8.00	10.0	9	1.4	0.3	1	0.0	12	3	0.00	0.01	0	0.0
	干物、塩蔵、缶詰	39.13	1.96	2.0	5	0.5	0.4	2	0.0	14	1	0.00	0.00	0	0.0
	練製品	12.50	0.63	0.5	1	0.1	0.0	0	0.0	5	0	0.00	0.00	0	0.0
肉類	肉類（生）	375.00	18.75	15.0	32	3.6	1.8	1	0.2	10	3	0.06	0.04	0	0.0
	肉加工品	0.00	0.00	1.5	0	0.0	0.0	0	0.0	0	0	0.00	0.00	0	0.0
卵類		42.38	2.12	10.0	3	0.3	0.2	1	0.0	3	4	0.00	0.01	0	0.0
乳類	牛乳	2459.26	122.96	100.0	75	4.1	4.7	135	0.0	51	47	0.05	0.19	2	0.2
	乳製品	26.88	1.34	20.0	5	0.1	0.5	2	0.0	4	4	0.00	0.00	0	0.0
油脂類	植物性	74.72	3.74	2.0	28	0.0	3.1	0	0.0	19	0	0.00	0.00	0	0.1
	動物性	15.00	0.75	1.0	6	0.0	0.6	0	0.0	0	6	0.00	0.00	0	0.0
調味料類	食塩	0.38	0.02	0.5	0	0.0	0.0	0	0.0	11	0	0.00	0.00	0	0.0
	醤油	60.19	3.01	3.8	2	0.2	0.0	0	0.0	171	0	0.00	0.00	0	0.5
	味噌	40.89	2.04	3.2	4	0.3	0.1	2	0.1	101	0	0.00	0.00	0	0.1
	その他の調味料	142.41	7.12	7.0	20	0.3	0.9	4	0.1	255	1	0.00	0.00	0	0.1
その他	その他	1016.21	50.81	30.0	51	1.2	1.8	11	0.5	57	2	0.02	0.02	2	0.3
	その他 1	680.75	34.04	—	0	0.0	0.0	0	0.0	0	0	0.00	0.00	0	0.0
合 計				529	19.2	16.5	218	1.9	787	228	0.21	0.32	22	3.7	1.8
基 準 値				510	21.0	14.2	230	2.2	551	190	0.28	0.32	20	3.2	1.4
充 足 率				103.73	91.43	116.20	94.78	86.36	142.83	120.00	75.00	100.00	110.00	115.63	128.57

給食実施状況

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	朝食	昼食	夕食	10時	3時	夜食	合 計
224 kcal	149 kcal	77 kcal	10.5 g	8.5 g	0 人	1800 人	0 人	0 人	1800 人	0 人	3600 人
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	
$\frac{224}{529} \times 100 = 42.3\%$		$\frac{16.5 \times 9}{529} \times 100 = 28.1\%$		$100 - 28.1 - \left(\frac{19.2 \times 4}{529} \times 100 \right) = 57.4\%$		$\frac{10.5}{19.2} \times 100 = 54.7\%$		$\frac{8.5}{16.5} \times 100 = 51.5\%$		$\frac{2.44}{5.70} = 0.43$	
										S : M : P 5.70 : 4.56 : 2.44 = 3 : 2.4 : 1.3	

献立予定(実施)表

(2023年12月 1日～2023年12月 3日)

12月 1日 (金)	12月 2日 (土)	12月 3日 (日)				
E 374kcal 蛋白 16.5g 脂質 13.8g 食塩 1.0g	E 416kcal 蛋白 15.9g 脂質 15.0g 食塩 1.6g					
朝食	朝食	朝食				
■牛乳 牛乳 100.0g ■バナナ バナナ 1/3本	■牛乳 牛乳 100.0g ■ハッピーターン ハッピーターン 1個					
昼食	昼食	昼食				
■きざみうどん うどん 1/3玉 豚肉 16.0g 揚げ 4.0g えのき 5.0g 人参 5.0g ねぎ 1.0g 濃口しょうゆ 1.0g 風味だし汁 123.0g ■大根のさっぱり和え 大根 30.0g わかめ 0.4g 人参 5.0g ポン酢 3.0g 上白糖 0.5g ■みかん みかん 1/2個	■焼きそば 焼きそば 1/2玉 豚肉 20.0g キャベツ 12.0g 玉ねぎ 10.0g 人参 4.0g なたね油 0.2g 焼きそばソース 6.0g お好みソース 6.0g 濃口しょうゆ 適量 塩 適量 粉かつお 0.5g 青のり 0.1g ■かぼちゃの味噌汁 かぼちゃ 18.0g 玉ねぎ 12.0g ねぎ 1.0g 味噌 4.0g ■黄桃 黄桃缶 30.0g					
3時	3時	3時				
■牛乳 牛乳 100.0g ■きなこサンド 食パン 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 ■ぼたぼた焼き ぼたぼた焼 1枚 ■源氏パイ 源氏パイ 1枚					

乳児

献立予定(実施)表

(2023年12月 4日～2023年12月10日)

12月 4日 (月)	12月 5日 (火)	12月 6日 (水)	12月 7日 (木)	12月 8日 (金)	12月 9日 (土)	12月10日 (日)
E 545kcal 蛋白 20.7g 脂質 20.4g 食塩 1.5g	E 517kcal 蛋白 23.3g 脂質 15.4g 食塩 1.9g	E 582kcal 蛋白 18.3g 脂質 23.9g 食塩 1.5g	E 488kcal 蛋白 16.8g 脂質 11.9g 食塩 2.1g	E 512kcal 蛋白 21.8g 脂質 15.6g 食塩 1.6g	E 357kcal 蛋白 15.5g 脂質 13.2g 食塩 0.9g	
朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食
■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 ■マリー マリービスケット 1枚	■牛乳 牛乳 100.0g ■ビスコ ビスコ 1枚	■牛乳 牛乳 100.0g ■バナナ バナナ 1/3本	■牛乳 牛乳 100.0g ■サラダせん サラダせん 1枚	■牛乳 牛乳 100.0g ■ハッピーターン ハッピーターン 1個	
昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
■親子丼 米 55.0g 鶏卵 20.0g 鶏肉 20.0g 玉ねぎ 30.0g みつば 1.0g 上白糖 0.5g みりん 0.5g 濃口しょうゆ 1.0g うす口しょうゆ 1.0g 酒 1.5g 風味だし汁 10.0g ■切干大根と青菜のごま和え 切干大根 1.6g 風味だし汁 13.0g 上白糖 0.5g うす口しょうゆ 1.0g ごま 1.0g 塩 適量 小松菜 20.0g 人参 5.0g ■さつま揚げの味噌汁 さつま揚げ 5.0g 玉ねぎ 10.0g ねぎ 1.0g 味噌 4.5g	■かみかみライス 米 45.0g 大豆 6.0g ちりめんじゃこ 2.0g 濃口しょうゆ 1.0g みりん 0.5g なたね油 0.2g 青のり 0.1g ■白身魚の西京焼き ホキ 1/2切 白味噌 4.0g みりん 1.0g 上白糖 0.5g ブロッコリー 10.0g 塩 適量 ■ひじき煮 揚げ 3.0g ひじき 1.5g グリーンピース 3.0g 人参 3.0g うす口しょうゆ 1.0g 上白糖 1.0g みりん 1.0g 風味だし汁 17.0g ■すまし汁 玉ねぎ 8.0g えのき 6.0g ねぎ 1.0g うす口しょうゆ 1.5g 塩 適量	■ご飯 米 45.0g ■五目豆腐 木綿豆腐 40.0g 豚ミンチ 15.0g チンゲン菜 12.0g 人参 4.0g 干し椎茸 0.2g 濃口しょうゆ 4.0g 上白糖 2.0g 酒 2.0g なたね油 0.2g 片栗粉 0.8g ■白菜のさっぱり和え 白菜 39.0g 人参 5.0g コーン 3.0g ポン酢 1.6g 上白糖 0.6g ■じゃが芋の味噌汁 じゃが芋 10.0g 玉ねぎ 8.0g ねぎ 1.0g 味噌 4.0g	■ロールパン ロールパン 1パック ■ビーフシチュー 牛肉 20.0g 玉ねぎ 30.0g じゃが芋 25.0g 人参 10.0g マッシュルーム 5.0g ブロッコリー 8.0g ビーフシチュールー 12.0g コンソメ 適量 ■野菜サラダ キャベツ 25.0g パプリカ(赤) 5.0g コーン 3.0g 和風ドレッシング 4.0g ■みかん缶 みかん缶 30.0g	■ご飯 米 45.0g ■豚肉の甘辛煮 豚肉 30.0g 玉ねぎ 18.0g 人参 6.0g 大根 25.0g グリーンピース 3.0g 上白糖 1.8g みりん 0.7g うす口しょうゆ 2.0g 風味だし汁 20.0g ■ほうれん草のツナ和え ほうれん草 30.0g 人参 5.0g ツナ 5.0g 濃口しょうゆ 1.0g 上白糖 0.5g ■かぼちゃの味噌汁 かぼちゃ 10.0g 玉ねぎ 10.0g ねぎ 1.0g 味噌 4.5g	■五目うどん うどん 1/3玉 豚肉 20.0g チャンポンスライス 5.0g 玉ねぎ 15.0g 人参 5.0g ねぎ 1.0g うす口しょうゆ 1.0g みりん 0.8g 風味だし汁 123.0g ■ブロッコリーのおかか和え ブロッコリー 30.0g 人参 5.0g かつお節 0.3g 濃口しょうゆ 1.0g 上白糖 0.5g ■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 ■ふのラスク おつゆ麩 8.0g なたね油 6.0g 上白糖 6.0g	■牛乳 牛乳 100.0g ■プリン プリンミックス 20.0g 牛乳 20.0g ■星たべよ 星たべよ 1枚	■牛乳 牛乳 100.0g ■ココアクッキー 小麦粉 16.0g ココア 0.4g 上白糖 5.5g 牛乳 0.7g 無塩バター 12.0g	■お茶 ほうじ茶(浸出液) 100.0g ■たぬきおにぎり 米 36.0g 濃口しょうゆ 0.5g みりん 0.5g 天かす 1.2g ねぎ 0.5g	■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	■牛乳 牛乳 100.0g ■サラダせん サラダせん 1枚 ■ビスコ ビスコ 1枚	

乳児

献立予定(実施)表

(2023年12月11日～2023年12月17日)

12月11日 (月)	12月12日 (火)	12月13日 (水)	12月14日 (木)	12月15日 (金)	12月16日 (土)	12月17日 (日)
E 571kcal 蛋白 20.3g 脂質 20.8g 食塩 1.8g	E 494kcal 蛋白 16.8g 脂質 16.8g 食塩 1.3g	E 376kcal 蛋白 16.3g 脂質 8.9g 食塩 1.4g	E 547kcal 蛋白 19.5g 脂質 19.6g 食塩 1.5g	E 570kcal 蛋白 18.1g 脂質 18.1g 食塩 2.3g	E 508kcal 蛋白 16.6g 脂質 16.4g 食塩 1.1g	
朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食
■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 ■サッポロポテト 1才サッポロポテト 3.0g	■牛乳 牛乳 100.0g ■ビスコ ビスコ 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 ■バナナ バナナ 1/3本	■牛乳 牛乳 100.0g ■ばりんこ ばりんこ 1枚	
昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
■鶏そぼろ丼 米 55.0g 鶏ミンチ 36.0g 玉ねぎ 18.0g 濃口しょうゆ 3.0g 上白糖 1.5g みりん 0.4g 片栗粉 0.3g 風味だし汁 21.6g なたね油 0.6g ほうれん草 18.0g 人参 3.6g 上白糖 1.2g 濃口しょうゆ 2.4g のり 0.6g ■大根の昆布和え 大根 35.0g 人参 5.0g 塩昆布 1.0g 濃口しょうゆ 適量 ■わかめの味噌汁 わかめ 0.4g 玉ねぎ 12.0g ねぎ 1.0g 味噌 4.0g	■ご飯 米 45.0g ■メンチカツ メンチカツ 1個 植物油 3.0g ケチャップ 2.0g とんかつソース 2.0g キャベツ 20.0g ■豆菜サラダ 大豆 5.0g 小松菜 25.0g ツナ 5.0g 人参 5.0g ごまだれ 4.0g ■湯葉のすまし汁 湯葉 0.6g 玉ねぎ 10.0g みつば 1.0g うす口しょうゆ 1.5g 塩 適量	■ご飯 米 45.0g ■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 ■インゲンの和え物 インゲン 25.0g 人参 3.2g 濃口しょうゆ 1.0g 上白糖 0.5g ■もやしの味噌汁 もやし 12.0g 揚げ 1.8g ねぎ 1.0g 味噌 4.5g	■ご飯 米 45.0g ■白身魚の照り焼き ホキ 1/2切 濃口しょうゆ 2.0g みりん 2.0g 上白糖 1.0g 酒 1.0g 小松菜 15.0g 濃口しょうゆ 0.3g 上白糖 0.1g ■かぼちゃサラダ かぼちゃ 35.0g ミックスベジタブル 5.0g エッグケア 6.0g ■えのきの味噌汁 玉ねぎ 10.0g えのき 6.0g ねぎ 1.0g 味噌 4.0g	■カレーライス 米 55.0g 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 30.4g コーン 5.0g 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	■ピラフ 米 55.0g 鶏肉 25.0g 玉ねぎ 15.0g ミックスベジタブル 15.0g 塩 適量 コンソメ 0.8g なたね油 0.2g ■具だくさんスープ じゃが芋 16.0g 玉ねぎ 8.0g 人参 3.6g コンソメ 0.8g うす口しょうゆ 0.2g 塩 適量 ■黄桃 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 ■フライドポテト シューストポテト 50.0g 塩 適量 植物油 2.0g	■牛乳 牛乳 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 ■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	■牛乳 牛乳 100.0g ■抹茶ちんすこう 小麦粉 10.5g 片栗粉 3.0g 上白糖 5.3g グリーンティ 1.5g なたね油 5.3g	■牛乳 牛乳 100.0g ■ジャムクラッカーサンド 全粒粉クラッカー 4枚 いちごジャム 4.0g	■牛乳 牛乳 100.0g ■源氏パイ 源氏パイ 1枚 ■ハッピーターン ハッピーターン 1個	

乳児

献立予定(実施)表

(2023年12月18日～2023年12月24日)

12月18日 (月)	12月19日 (火)	12月20日 (水)	12月21日 (木)	12月22日 (金)	12月23日 (土)	12月24日 (日)
E 405kcal 蛋白 17.9g 脂質 12.3g 食塩 1.5g	E 538kcal 蛋白 19.3g 脂質 19.5g 食塩 1.9g	E 386kcal 蛋白 16.4g 脂質 9.2g 食塩 2.7g	E 442kcal 蛋白 18.4g 脂質 13.6g 食塩 0.9g	E 573kcal 蛋白 14.7g 脂質 22.5g 食塩 1.5g	E 452kcal 蛋白 15.5g 脂質 12.3g 食塩 1.3g	
朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食
■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 ■マリー マリービスケット 1枚	■牛乳 牛乳 100.0g ■ビスコ ビスコ 1枚	■牛乳 牛乳 100.0g ■バナナ バナナ 1/3本	■牛乳 牛乳 100.0g ■サラダせん サラダせん 1枚	■牛乳 牛乳 100.0g ■ハッピーターン ハッピーターン 1個	
昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
■ご飯 米 45.0g ■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 2.0g 上白糖 0.3g 酒 0.5g 塩 適量 ごま油 0.2g ■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 1.0g 上白糖 1.0g みりん 1.0g 風味だし汁 17.0g なたね油 0.1g ■麩のすまし汁 おつゆ麩 1.0g 玉ねぎ 10.0g みつば 1.0g うす口しょうゆ 1.5g 塩 適量	■ご飯 米 45.0g ■マーボー春雨 春雨 5.4g 豚肉 20.0g しょうが 0.5g チンゲン菜 10.0g たけのこ 10.0g 干し椎茸 0.5g 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 0.5g 濃口しょうゆ 0.5g 上白糖 0.5g みりん 1.4g 味噌 3.2g 水 21.0g 片栗粉 0.9g ■焼売 焼売 2個 ■野菜スープ チンゲン菜 12.0g 人参 5.0g コーン 3.0g チキンスープ 1.5g 塩 適量	■ちゃんぽんめん 中華そば 1/2玉 豚肉 15.0g 玉ねぎ 10.0g もやし 10.0g キャベツ 10.0g 人参 5.0g チャンポンスライス 5.0g ねぎ 1.0g 白湯ラーメンスープ 13.0g 水 130.0g ■ブロッコリーのごま和え ブロッコリー 22.0g 人参 5.0g ごま 0.8g 濃口しょうゆ 0.5g 上白糖 0.3g ■黄桃缶 黄桃缶 30.0g	■ご飯 米 45.0g ■豚肉の生姜炒め 豚肉 20.0g 玉ねぎ 15.0g キャベツ 30.0g 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 ■小松菜の和え物 小松菜 30.0g 人参 5.0g ツナ 5.0g 濃口しょうゆ 1.0g 上白糖 0.5g ■豆腐のすまし汁 絹ごし豆腐 15.0g 人参 5.0g みつば 1.0g うす口しょうゆ 1.5g 塩 適量	■☆お誕生日会☆ ■ご飯 米 45.0g ■かぼちゃコロッケ かぼちゃコロッケ 2/3個 植物油 4.0g ケチャップ 3.0g とんかつソース 2.0g キャベツ 10.0g 塩 適量 ■ポパイサラダ ほうれん草 30.0g 人参 5.0g ツナ 5.0g エッグケア 4.0g 塩 適量 ■コンソメスープ コンソメ 1.0g うす口しょうゆ 0.5g 塩 適量 玉ねぎ 12.0g しめじ 6.0g パセリ 適量	■中華丼 米 55.0g 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 ■チンゲン菜のスープ チンゲン菜 12.0g 玉ねぎ 8.0g チキンスープ 1.4g 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
■お茶 ほうじ茶（浸出液） 100.0g ■たこ焼き たこやき 2個 とんかつソース 4.0g 青のり 0.1g 粉かつお 0.1g	■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	■お茶 ほうじ茶（浸出液） 100.0g ■じゃこおかかおにぎり 米 30.0g かつお節 1.0g ちりめんじゃこ 3.0g 濃口しょうゆ 0.4g	■牛乳 牛乳 100.0g ■チーズ蒸しパン チーズ 4.5g ホットケーキミックス 11.0g 牛乳 6.3g	■牛乳 牛乳 100.0g ■ココアプリンアラモード ココア 0.4g 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 ■星たべよ 星たべよ 1枚 ■ラムネ ラムネ 1個	

乳児

献立予定(実施)表

(2023年12月25日～2023年12月31日)

12月25日 (月)	12月26日 (火)	12月27日 (水)	12月28日 (木)	12月29日 (金)	12月30日 (土)	12月31日 (日)
E 590kcal 蛋白 20.0g 脂質 23.5g 食塩 1.9g	E 508kcal 蛋白 21.2g 脂質 16.9g 食塩 1.2g	E 551kcal 蛋白 18.4g 脂質 17.9g 食塩 2.1g	E 210kcal 蛋白 7.6g 脂質 11.8g 食塩 0.4g			
朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食
■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 ■サッポロポテト 1才サッポロポテト 3.0g	■牛乳 牛乳 100.0g ■ビスコ ビスコ 1枚	■牛乳 牛乳 100.0g ■サラダせん サラダせん 1枚			
昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
■☆クリスマス会☆ ■ケチャップライス 米 55.0g コーン 3.0g グリーンピース 2.0g ケチャップ 7.0g コンソメ 0.5g ■鶏の唐揚げ 鶏肉 2枚 しょうが 0.1g 濃口しょうゆ 1.6g みりん 0.8g 片栗粉 2.0g 植物油 2.5g ブロッコリー 10.0g 塩 適量 ■大根サラダ 大根 25.0g 人参 5.0g きゅうり 5.0g 青じそドレッシング 4.0g ■コンソメスープ コンソメ 1.1g うす口しょうゆ 0.5g 塩 適量 ほうれん草 12.0g 玉ねぎ 8.0g 人参 2.0g	■ご飯 米 50.0g ■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 ほうれん草 10.0g 濃口しょうゆ 0.3g 上白糖 0.1g ■がんもの煮物 小判型がんも 1個 インゲン 5.0g 人参 5.0g うす口しょうゆ 1.0g 上白糖 1.0g みりん 1.0g 風味だし汁 17.0g ■わかめのすまし汁 玉ねぎ 8.0g わかめ 0.4g 人参 5.0g うす口しょうゆ 1.0g 塩 適量	■ハヤシライス 米 60.0g 牛肉 20.0g マッシュルーム 4.0g 玉ねぎ 20.0g 人参 10.0g なたね油 0.2g 水 50.0g コンソメ 0.2g ケチャップ 2.0g 上白糖 2.0g 塩 適量 ビーフシチュールー 6.0g ハヤシフレーク 6.0g ■カリフラワ－のサラダ カリフラワ－ 25.0g 人参 5.0g ツナ 5.0g ごまだれ 5.0g ■みかん缶 みかん缶 30.0g	■お弁当会			
3時	3時	3時	3時	3時	3時	3時
■牛乳 牛乳 100.0g ■クリスマスケーキ 小麦粉 4.3g ベーキングパウダー 0.4g 鶏卵 8.1g なたね油 2.7g 上白糖 4.3g 牛乳 1.6g 黄桃缶 8.0g パイ缶 8.0g ホイップ 9.0g	■牛乳 牛乳 100.0g ■プレーンクッキー 小麦粉 10.5g 片栗粉 1.7g ベーキングパウダー 0.1g マーガリン 4.6g 上白糖 2.7g 牛乳 2.8g	■牛乳 牛乳 100.0g ■ポップコーン ポップコーン 5.0g 片栗粉 2.0g なたね油 0.1g 塩 0.1g	■牛乳 牛乳 100.0g ■源氏パイ 源氏パイ 1枚 ■ぼたぼた焼き ぼたぼた焼 1枚			

献立予定(実施)表

(2023年12月 1日～2023年12月 3日)

12月 1日 (金)	12月 2日 (土)	12月 3日 (日)				
E 452kcal 蛋白 18.9g 脂質 14.2g 食塩 1.5g	E 488kcal 蛋白 17.4g 脂質 16.0g 食塩 2.0g					
昼食	昼食	昼食				
■きざみうどん うどん 1/2玉 豚肉 20.0g 揚げ 5.0g えのき 6.2g 人参 6.2g ねぎ 1.2g 濃口しょうゆ 1.2g 風味だし汁 153.7g ■大根のさっぱり和え 大根 37.5g わかめ 0.5g 人参 6.2g ポン酢 3.7g 上白糖 0.6g ■みかん みかん 1個	■焼きそば 焼きそば 2/3玉 豚肉 25.0g キャベツ 15.0g 玉ねぎ 12.5g 人参 5.0g なたね油 0.2g 焼きそばソース 7.5g お好みソース 7.5g 濃口しょうゆ 0.1g 塩 適量 粉かつお 0.6g 青のり 0.1g ■かぼちゃの味噌汁 かぼちゃ 22.5g 玉ねぎ 15.0g ねぎ 1.2g 味噌 5.0g ■黄桃 黄桃缶 37.5g					
3時	3時	3時				
■牛乳 牛乳 150.0g ■きなこサンド 食パン 4/4枚 マーガリン 2.5g きな粉 2.2g 上白糖 2.2g	■牛乳 牛乳 150.0g ■ぼたぼた焼き ぼたぼた焼 2枚 ■源氏パイ 源氏パイ 2枚					

献立予定(実施)表

(2023年12月 4日～2023年12月10日)

12月 4日 (月)	12月 5日 (火)	12月 6日 (水)	12月 7日 (木)	12月 8日 (金)	12月 9日 (土)	12月10日 (日)
E 600kcal 蛋白 22.4g 脂質 21.4g 食塩 1.7g	E 550kcal 蛋白 23.6g 脂質 15.4g 食塩 2.5g	E 633kcal 蛋白 19.4g 脂質 25.0g 食塩 1.7g	E 477kcal 蛋白 15.6g 脂質 9.1g 食塩 2.5g	E 540kcal 蛋白 23.8g 脂質 14.1g 食塩 1.9g	E 449kcal 蛋白 17.9g 脂質 13.4g 食塩 1.2g	
昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
■親子丼 米 65.0g 鶏卵 25.0g 鶏肉 25.0g 玉ねぎ 37.5g みつば 1.2g 上白糖 0.6g みりん 0.6g 濃口しょうゆ 1.2g うす口しょうゆ 1.2g 酒 1.8g 風味だし汁 12.5g ■切干大根と青菜のごま和え 切干大根 2.0g 風味だし汁 16.2g 上白糖 0.6g うす口しょうゆ 1.2g ごま 1.2g 塩 適量 小松菜 25.0g 人参 6.2g ■さつま揚げの味噌汁 さつま揚げ 6.2g 玉ねぎ 12.5g ねぎ 1.2g 味噌 5.6g	■かみかみライス 米 55.0g 大豆 7.5g ちりめんじゃこ 2.5g 濃口しょうゆ 1.2g みりん 0.6g なたね油 0.2g 青のり 0.1g ■白身魚の西京焼き ホキ 1/2切 白味噌 5.0g みりん 1.2g 上白糖 0.6g ブロッコリー 12.5g 塩 適量 ■ひじき煮 揚げ 3.7g ひじき 1.8g グリーンピース 3.7g 人参 3.7g うす口しょうゆ 1.2g 上白糖 1.2g みりん 1.2g 風味だし汁 21.2g ■すまし汁 玉ねぎ 10.0g えのき 7.5g ねぎ 1.2g うす口しょうゆ 1.8g 塩 適量	■ご飯 米 55.0g ■五目豆腐 木綿豆腐 50.0g 豚ミンチ 18.7g チンゲン菜 15.0g 人参 5.0g 干し椎茸 0.2g 濃口しょうゆ 5.0g 上白糖 2.5g 酒 2.5g なたね油 0.2g 片栗粉 1.0g ■白菜のさっぱり和え 白菜 48.7g 人参 6.2g コーン 3.7g ポン酢 2.0g 上白糖 0.8g ■じゃが芋の味噌汁 じゃが芋 12.5g 玉ねぎ 10.0g ねぎ 1.2g 味噌 5.0g	■ロールパン ロールパン 1パック ■ビーフシチュー 牛肉 25.0g 玉ねぎ 37.5g じゃが芋 31.2g 人参 12.5g マッシュルーム 6.2g ブロッコリー 10.0g ビーフシチューールー 15.0g コンソメ 適量 ■野菜サラダ キャベツ 31.2g パプリカ(赤) 6.2g コーン 3.7g 和風ドレッシング 5.0g ■みかん缶 みかん缶 37.5g	■ご飯 米 55.0g ■豚肉の甘辛煮 豚肉 37.5g 玉ねぎ 22.5g 人参 7.5g 大根 31.2g グリーンピース 3.7g 上白糖 2.2g みりん 0.8g うす口しょうゆ 2.5g 風味だし汁 25.0g ■ほうれん草のツナ和え ほうれん草 37.5g 人参 6.2g ツナ 6.2g 濃口しょうゆ 1.2g 上白糖 0.6g ■かぼちゃの味噌汁 かぼちゃ 12.5g 玉ねぎ 12.5g ねぎ 1.2g 味噌 5.6g	■五目うどん うどん 2/3玉 豚肉 25.0g チャンボンスライス 6.2g 玉ねぎ 18.7g 人参 6.2g ねぎ 1.2g うす口しょうゆ 1.2g みりん 1.0g 風味だし汁 153.7g ■ブロッコリーのおかか和え ブロッコリー 37.5g 人参 6.2g かつお節 0.3g 濃口しょうゆ 1.2g 上白糖 0.6g ■パイン缶 パイン缶 37.5g	
3時	3時	3時	3時	3時	3時	3時
■牛乳 牛乳 150.0g ■ふのラスク おつゆ麩 10.0g なたね油 7.5g 上白糖 7.5g	■牛乳 牛乳 150.0g ■プリン プリンミックス 25.0g 牛乳 25.0g ■星たべよ 星たべよ 2枚	■牛乳 牛乳 150.0g ■ココアクッキー 小麦粉 20.0g ココア 0.5g 上白糖 6.8g 牛乳 0.8g 無塩バター 15.0g	■お茶 ほうじ茶(浸出液) 150.0g ■たぬきおにぎり 米 45.0g 濃口しょうゆ 0.6g みりん 0.6g 天かす 1.5g ねぎ 0.6g	■牛乳 牛乳 150.0g ■きな粉蒸しパン ホットケーキミックス 20.0g 上白糖 1.2g きな粉 5.0g 牛乳 20.0g	■牛乳 牛乳 150.0g ■サラダせん サラダせん 2枚 ■ビスコ ビスコ 2枚	

献立予定(実施)表

(2023年12月11日～2023年12月17日)

12月11日 (月)	12月12日 (火)	12月13日 (水)	12月14日 (木)	12月15日 (金)	12月16日 (土)	12月17日 (日)
E 631kcal 蛋白 21.7g 脂質 22.0g 食塩 2.1g	E 562kcal 蛋白 18.5g 脂質 18.4g 食塩 1.7g	E 355kcal 蛋白 15.9g 脂質 5.1g 食塩 1.7g	E 581kcal 蛋白 19.1g 脂質 18.9g 食塩 1.7g	E 615kcal 蛋白 19.2g 脂質 18.6g 食塩 2.8g	E 598kcal 蛋白 17.5g 脂質 18.6g 食塩 1.2g	
昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
■鶏そぼろ丼 米 65.0g 鶏ミンチ 45.0g 玉ねぎ 22.5g 濃口しょうゆ 3.7g 上白糖 1.8g みりん 0.6g 片栗粉 0.4g 風味だし汁 27.0g なたね油 0.7g ほうれん草 22.5g 人参 4.5g 上白糖 1.5g 濃口しょうゆ 3.0g のり 0.7g ■大根の昆布和え 大根 43.7g 人参 6.2g 塩昆布 1.2g 濃口しょうゆ 適量 ■わかめの味噌汁 わかめ 0.5g 玉ねぎ 15.0g ねぎ 1.2g 味噌 5.0g	■ご飯 米 55.0g ■メンチカツ メンチカツ 1+1/2個 植物油 3.7g ケチャップ 2.5g とんかつソース 2.5g キャベツ 25.0g ■豆菜サラダ 大豆 6.2g 小松菜 31.2g ツナ 6.2g 人参 6.2g ごまだれ 5.0g ■湯葉のすまし汁 湯葉 0.7g 玉ねぎ 12.5g みつば 1.2g うす口しょうゆ 1.8g 塩 適量	■ご飯 米 55.0g ■牛肉のすき煮 牛肉 25.0g 木綿豆腐 25.0g 糸こんにゃく 12.5g 白菜 37.5g 玉ねぎ 25.0g えのき 5.0g 人参 6.2g 濃口しょうゆ 1.2g 上白糖 1.2g みりん 0.6g ■インゲンの和え物 インゲン 31.2g 人参 4.0g 濃口しょうゆ 1.2g 上白糖 0.6g ■もやしの味噌汁 もやし 15.0g 揚げ 2.2g ねぎ 1.2g 味噌 5.6g	■ご飯 米 55.0g ■白身魚の照り焼き ホキ 1/2切 濃口しょうゆ 2.5g みりん 2.5g 上白糖 1.2g 酒 1.2g 小松菜 18.7g 濃口しょうゆ 0.3g 上白糖 0.1g ■かぼちゃサラダ かぼちゃ 43.7g ミックスベジタブル 6.2g エッグケア 7.5g ■えのきの味噌汁 玉ねぎ 12.5g えのき 7.5g ねぎ 1.2g 味噌 5.0g	■カレーライス 米 65.0g 牛肉 25.0g じゃが芋 20.0g 玉ねぎ 37.5g 人参 6.2g カレールー 20.0g なたね油 0.2g 水 62.5g ■コーンサラダ キャベツ 38.0g コーン 6.2g 人参 6.2g 和風ドレッシング 5.0g ■オレンジ オレンジ 2/6玉	■ピラフ 米 65.0g 鶏肉 31.2g 玉ねぎ 18.7g ミックスベジタブル 18.7g 塩 適量 コンソメ 1.0g なたね油 0.2g ■具だくさんスープ じゃが芋 20.0g 玉ねぎ 10.0g 人参 4.5g コンソメ 1.0g うす口しょうゆ 0.2g 塩 適量 ■黄桃 黄桃缶 37.5g	
3時	3時	3時	3時	3時	3時	3時
■牛乳 牛乳 150.0g ■フライドポテト シューストポテト 62.5g 塩 適量 植物油 2.5g	■牛乳 牛乳 150.0g ■杏仁豆腐 バイン缶 20.0g 黄桃缶 21.2g 杏仁豆腐 17.5g	■お茶 ほうじ茶(浸出液) 150.0g ■うどんのおやき うどん 1/7玉 鶏卵 7.2g 小麦粉 2.7g ねぎ 1.2g 粉かつお 0.2g めんつゆ 2.5g ポン酢 2.5g ごま油 0.2g	■牛乳 牛乳 150.0g ■抹茶ちんすこう 小麦粉 13.1g 片栗粉 3.7g 上白糖 6.6g グリーンティ 1.8g なたね油 6.6g	■牛乳 牛乳 150.0g ■ジャムクラッカーサンド 全粒粉クラッカー 6枚 いちごジャム 5.0g	■牛乳 牛乳 150.0g ■源氏パイ 源氏パイ 2枚 ■ハッピーターン ハッピーターン 2個	

献立予定(実施)表

(2023年12月18日～2023年12月24日)

12月18日 (月)	12月19日 (火)	12月20日 (水)	12月21日 (木)	12月22日 (金)	12月23日 (土)	12月24日 (日)
E 412kcal 蛋白 16.4g 脂質 9.7g 食塩 1.9g	E 592kcal 蛋白 21.0g 脂質 20.3g 食塩 2.2g	E 383kcal 蛋白 16.2g 脂質 5.5g 食塩 3.1g	E 464kcal 蛋白 19.4g 脂質 13.3g 食塩 1.3g	E 633kcal 蛋白 15.4g 脂質 23.0g 食塩 1.9g	E 490kcal 蛋白 15.7g 脂質 10.9g 食塩 1.5g	
昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
■ご飯 米 55.0g ■鯖の香味焼き さば 1/2切 しょうが 0.1g ねぎ 1.2g 濃口しょうゆ 2.5g 上白糖 0.3g 酒 0.6g 塩 適量 ごま油 0.2g ■切干大根の煮物 切干大根 4.5g 揚げ 3.7g 人参 5.0g 干し椎茸 0.6g うす口しょうゆ 1.2g 上白糖 1.2g みりん 1.2g 風味だし汁 21.2g なたね油 0.1g ■麩のすまし汁 おつゆ麩 1.2g 玉ねぎ 12.5g みつば 1.2g うす口しょうゆ 1.8g 塩 適量	■ご飯 米 55.0g ■マーボー春雨 春雨 6.7g 豚肉 25.0g しょうが 0.6g チンゲン菜 12.5g たけのこ 12.5g 干し椎茸 0.6g 人参 6.2g ねぎ 1.2g 白湯ラーメンスープ 16.2g ねぎ 1.8g なたね油 0.2g ごま油 0.2g チキンスープ 0.6g 濃口しょうゆ 0.6g 上白糖 0.6g みりん 1.7g 味噌 4.0g 水 26.2g 片栗粉 1.1g ■焼売 焼売 3個 ■野菜スープ チンゲン菜 15.0g 人参 6.2g コーン 3.7g チキンスープ 1.8g 塩 適量	■ちゃんぽんめん 中華そば 2/3玉 豚肉 18.7g 玉ねぎ 12.5g もやし 12.5g キャベツ 12.5g 人参 6.2g チャンボンスライス 6.2g ねぎ 1.2g 白湯ラーメンスープ 16.2g 水 162.5g ■ブロッコリーのごま和え ブロッコリー 27.5g 人参 6.2g ごま 1.0g 濃口しょうゆ 0.6g 上白糖 0.3g ■黄桃缶 黄桃缶 37.5g	■ご飯 米 55.0g ■豚肉の生姜炒め 豚肉 25.0g 玉ねぎ 18.7g キャベツ 37.5g 人参 5.0g 濃口しょうゆ 1.2g 上白糖 0.6g みりん 1.2g しょうが 0.3g なたね油 0.2g ■小松菜の和え物 小松菜 37.5g 人参 6.2g ツナ 6.2g 濃口しょうゆ 1.2g 上白糖 0.6g ■豆腐のすまし汁 絹ごし豆腐 18.7g 人参 6.2g みつば 1.2g うす口しょうゆ 1.8g 塩 適量	■☆お誕生日会☆ ■ご飯 米 55.0g ■かぼちゃコロッケ かぼちゃコロッケ 1個 植物油 5.0g ケチャップ 3.7g とんかつソース 2.5g キャベツ 12.5g 塩 適量 ■ポパイサラダ ほうれん草 37.5g 人参 6.2g ツナ 6.2g エッグケア 5.0g 塩 適量 ■コンソメスープ コンソメ 1.2g うす口しょうゆ 0.6g 塩 適量 玉ねぎ 15.0g しめじ 7.5g パセリ 適量	■中華丼 米 65.0g 豚肉 25.0g 玉ねぎ 25.0g 人参 7.5g 白菜 37.5g 椎茸 7.5g なたね油 0.2g チキンスープ 1.2g みりん 2.5g 濃口しょうゆ 適量 塩 適量 片栗粉 0.8g ■チンゲン菜のスープ チンゲン菜 15.0g 玉ねぎ 10.0g チキンスープ 1.7g 塩 適量 ■みかん缶 みかん缶 37.5g	
3時	3時	3時	3時	3時	3時	3時
■お茶 ほうじ茶（浸出液） 150.0g ■たこ焼き たこやき 3個 とんかつソース 5.0g 青のり 0.1g 粉かつお 0.1g	■牛乳 牛乳 150.0g ■シュガーパイ パイシート 18.7g グラニュー糖 3.7g	■お茶 ほうじ茶（浸出液） 150.0g ■じゃこおかかおにぎり 米 37.5g かつお節 1.2g ちりめんじゃこ 3.7g 濃口しょうゆ 0.5g	■牛乳 牛乳 150.0g ■チーズ蒸しパン チーズ 5.6g ホットケーキミックス 13.7g 牛乳 7.8g	■牛乳 牛乳 150.0g ■ココアプリンアラモード ココア 0.6g プリンミックス 16.1g 水 68.7g ホイップ 10.0g 黄桃缶 12.5g	■牛乳 牛乳 150.0g ■星たべよ 星たべよ 2枚 ■ラムネ ラムネ 2個	

幼児

献立予定(実施)表

(2023年12月25日～2023年12月31日)

12月25日 (月)	12月26日 (火)	12月27日 (水)	12月28日 (木)	12月29日 (金)	12月30日 (土)	12月31日 (日)
E 668kcal 蛋白 22.8g 脂質 26.9g 食塩 2.5g	E 576kcal 蛋白 23.0g 脂質 19.9g 食塩 1.6g	E 598kcal 蛋白 19.5g 脂質 17.6g 食塩 2.6g	E 216kcal 蛋白 6.6g 脂質 11.6g 食塩 0.4g			
昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
■☆クリスマス会☆ ■ケチャップライス 米 65.0g コーン 3.7g グリーンピース 2.5g ケチャップ 8.7g コンソメ 0.6g ■鶏の唐揚げ 鶏肉 3枚 しょうが 0.1g 濃口しょうゆ 2.0g みりん 1.0g 片栗粉 2.5g 植物油 3.1g ブロッコリー 12.5g 塩 適量 ■大根サラダ 大根 31.2g 人参 6.2g きゅうり 6.2g 青じそドレッシング 5.0g ■コンソメスープ コンソメ 1.3g うす口しょうゆ 0.6g 塩 適量 ほうれん草 15.0g 玉ねぎ 10.0g 人参 2.5g	■ご飯 60.0g ■白身魚のごま醤油焼き ホキ 1/2切 濃口しょうゆ 1.2g みりん 1.2g 上白糖 1.2g ごま 1.2g ほうれん草 12.5g 濃口しょうゆ 0.3g 上白糖 0.1g ■がんもの煮物 2個 小判型がんも 6.2g インゲン 6.2g 人参 1.2g うす口しょうゆ 1.2g 上白糖 1.2g みりん 1.2g 風味だし汁 21.2g ■わかめのすまし汁 玉ねぎ 10.0g わかめ 0.5g 人参 6.2g うす口しょうゆ 1.2g 塩 適量	■ハヤシライス 米 75.0g 牛肉 25.0g マッシュルーム 5.0g 玉ねぎ 25.0g 人参 12.5g なたね油 0.2g 水 62.5g コンソメ 0.3g ケチャップ 2.5g 上白糖 2.5g 塩 適量 ビーフシチュールー 7.5g ハヤシフレーク 7.5g ■カリフラワーのサラダ カリフラワー 31.2g 人参 6.2g ツナ 6.2g ごまだれ 6.2g ■みかん缶 みかん缶 37.5g	■お弁当会			
3時	3時	3時	3時	3時	3時	3時
■牛乳 150.0g ■クリスマスケーキ 小麦粉 5.3g ベーキングパウダー 0.5g 鶏卵 10.1g なたね油 3.3g 上白糖 5.3g 牛乳 2.0g 黄桃缶 10.0g パイナップル缶 10.0g ホイップ 11.2g	■牛乳 150.0g ■プレーンクッキー 小麦粉 13.1g 片栗粉 2.1g ベーキングパウダー 0.2g マーガリン 5.7g 上白糖 3.3g 牛乳 3.5g	■牛乳 150.0g ■ポップコーン ポップコーン 6.2g なたね油 2.5g 塩 0.1g	■牛乳 150.0g ■源氏パイ 2枚 源氏パイ 2枚 ■ぼたぼた焼き ぼたぼた焼 2枚			