

栄 養 月 報

2024年2月1日 ～ 2024年2月29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	炭水化物 g	ナトリウム mg	カルシウム 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	856.00	45.05	34.0	154	2.8	0.4	35.0	1	3	0.4	0	0.04	0.01	0	0.3	0.0
	パン類	40.00	2.11	7.0	7	0.2	0.2	1.1	9	1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
	めん類	199.17	10.48	12.0	19	0.6	0.1	3.8	5	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0
いも類	その他の穀類	127.00	6.68	6.5	25	0.7	0.5	4.2	19	2	0.1	0	0.01	0.00	0	0.2	0.0
	芋類	51.96	2.73	12.0	2	0.0	0.0	0.6	0	0	0.0	0	0.00	0.00	1	0.1	0.0
	いも類加工品	22.41	1.18	1.5	2	0.0	0.0	0.5	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
砂糖及び甘味類		71.19	3.75	4.5	15	0.0	0.0	3.7	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
豆類	大豆製品	66.50	3.50	6.0	6	0.5	0.4	0.2	1	5	0.1	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0
	大豆、その他の豆類	15.30	0.81	2.5	2	0.2	0.1	0.1	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
種実類		3.80	0.20	0.6	1	0.0	0.1	0.0	0	2	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
野菜類	緑黄色野菜	592.91	31.21	25.0	9	0.5	0.0	2.0	10	19	0.2	124	0.01	0.02	8	0.7	0.0
	その他の野菜類	664.34	34.97	35.0	11	0.4	0.0	2.7	2	10	0.1	1	0.01	0.01	5	0.8	0.0
	野菜漬物	0.69	0.04	—	0	0.0	0.0	0.0	1	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
果実類	果実類	89.60	4.72	20.0	4	0.0	0.0	0.9	0	0	0.0	0	0.00	0.00	1	0.0	0.0
	果実加工品	133.00	7.00	3.5	5	0.0	0.0	1.2	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
きのこ類		39.00	2.05	3.0	1	0.1	0.0	0.1	1	0	0.0	0	0.00	0.01	0	0.1	0.0
藻類		4.50	0.24	0.5	1	0.0	0.0	0.1	10	2	0.0	1	0.00	0.00	0	0.1	0.0
魚介類	魚介類（生）	160.00	8.42	10.0	15	1.7	0.9	0.0	9	1	0.1	2	0.01	0.03	0	0.0	0.0
	干物、塩蔵、缶詰	20.10	1.06	2.5	3	0.3	0.2	0.0	7	1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
	練製品	16.25	0.86	0.5	1	0.1	0.0	0.1	7	1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
肉類	肉類（生）	302.22	15.91	13.0	28	2.9	1.7	0.0	9	1	0.1	3	0.05	0.03	0	0.0	0.0
	肉加工品	13.00	0.68	1.5	3	0.1	0.2	0.0	5	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
卵類		49.30	2.59	5.5	4	0.3	0.3	0.1	5	1	0.0	5	0.00	0.01	0	0.0	0.0
乳類	牛乳	3324.16	174.96	160.0	107	5.8	6.6	8.4	72	192	0.0	66	0.07	0.26	2	0.0	0.2
	乳製品	48.00	2.53	20.0	3	0.1	0.2	0.2	1	3	0.0	2	0.00	0.00	0	0.0	0.0
油脂類	植物性	60.68	3.19	1.5	25	0.0	2.7	0.1	14	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
	動物性	0.00	0.00	0.5	0	0.0	0.0	0.0	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
調味料類	食塩	1.16	0.06	0.2	0	0.0	0.0	0.0	27	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1
	醤油	48.35	2.54	2.0	1	0.2	0.0	0.3	148	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.3
	味噌	27.01	1.42	2.0	2	0.2	0.1	0.3	70	2	0.1	0	0.00	0.00	0	0.1	0.2
	その他の調味料	85.01	4.47	4.5	12	0.2	0.5	1.5	151	3	0.1	1	0.00	0.00	0	0.1	0.4
その他	その他	698.00	36.74	25.0	34	0.5	1.3	5.1	28	12	0.2	0	0.01	0.01	1	0.1	0.1
	その他 1	437.36	23.02	—	0	0.0	0.0	0.0	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
合 計					502	18.4	16.5	72.3	612	261	1.5	205	0.21	0.39	18	2.8	1.3
基 準 値					459	19.1	12.8	0.0	0	209	2.3	184	0.25	0.27	20	0.0	1.5
充 足 率					109.37	96.34	128.91	—	—	124.88	65.22	111.41	84.00	144.44	90.00	—	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	
205 kcal	149 kcal	74 kcal	11.4 g	9.3 g	475 人	475 人	0 人	0 人	475 人	0 人	1425 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
$\frac{205}{502} \times 100 = 40.8\%$		$\frac{16.5 \times 9}{502} \times 100 = 29.6\%$		$100 - 29.6 - (\frac{18.4 \times 4}{502} \times 100) = 55.7\%$		$\frac{11.4}{18.4} \times 100 = 62.0\%$		$\frac{9.3}{16.5} \times 100 = 56.4\%$		$\frac{2.34}{6.21} = 0.38$		6.21：4.95：2.34＝ 3：2.4：1.1

報月養榮

2024年2月1日 ~ 2024年2月29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	炭水化物 g	ナトリウム mg	カルシウム mg	鉄 mg	ビタミンA 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	1035.00	54.47	42.0	186	3.4	0.5	42.3	1	3	0.4	0	0.04	0.01	0	0.3	0.0
	パン類	40.00	2.11	12.0	7	0.2	0.2	1.1	9	1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
	めん類	301.70	15.88	16.0	26	0.8	0.1	5.5	8	0	0.0	0	0.01	0.00	0	0.1	0.0
	その他の穀類	159.77	8.41	8.5	32	0.9	0.6	5.4	24	3	0.1	0	0.01	0.00	0	0.2	0.1
いも類	芋類	69.50	3.66	15.0	3	0.1	0.0	0.8	0	1	0.0	0	0.00	0.00	1	0.2	0.0
	いも類加工品	28.45	1.50	2.0	3	0.0	0.0	0.6	0	1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
砂糖及び甘味類		89.61	4.72	5.5	18	0.0	0.0	4.6	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
豆類	大豆製品	81.94	4.31	7.5	7	0.7	0.5	0.3	1	7	0.1	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0
	大豆、その他の豆類	19.13	1.01	3.0	3	0.2	0.2	0.2	0	1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0
種実類		4.76	0.25	1.0	2	0.1	0.1	0.0	0	3	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
野菜類	緑黄色野菜	741.35	39.02	30.0	10	0.6	0.1	2.4	14	25	0.2	154	0.02	0.03	10	1.0	0.0
	その他の野菜類	830.68	43.72	45.0	14	0.6	0.0	3.4	3	12	0.1	1	0.02	0.01	6	0.9	0.0
	野菜漬物	0.87	0.05	—	0	0.0	0.0	0.0	1	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
果実類	果実類	59.20	3.12	20.0	1	0.0	0.0	0.3	0	1	0.0	0	0.00	0.00	1	0.0	0.0
	果実加工品	166.25	8.75	4.0	6	0.0	0.0	1.6	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0
きのこ類		48.76	2.57	3.5	1	0.1	0.0	0.2	2	0	0.0	0	0.00	0.01	0	0.1	0.0
藻類	藻類	5.63	0.30	0.5	1	0.0	0.0	0.2	12	2	0.0	1	0.00	0.00	0	0.1	0.0
魚介類	魚介類（生）	160.00	8.42	10.0	15	1.7	0.9	0.0	9	1	0.1	2	0.01	0.03	0	0.0	0.0
	干物、塩蔵、缶詰	25.13	1.32	2.0	3	0.4	0.2	0.0	9	1	0.0	1	0.00	0.00	0	0.0	0.0
	練製品	20.31	1.07	0.5	1	0.1	0.0	0.1	9	1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
肉類	肉類（生）	398.33	20.96	15.0	37	3.8	2.3	0.0	11	1	0.2	4	0.07	0.04	1	0.0	0.0
	肉加工品	16.25	0.86	1.5	3	0.1	0.3	0.0	6	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
卵類		61.63	3.24	10.0	5	0.4	0.3	0.1	6	1	0.1	6	0.00	0.01	0	0.0	0.0
乳類	牛乳	2130.21	112.12	100.0	69	3.7	4.3	5.4	46	123	0.0	43	0.04	0.17	1	0.0	0.1
	乳製品	60.00	3.16	20.0	4	0.1	0.3	0.2	2	3	0.0	3	0.00	0.01	0	0.0	0.0
油脂類	植物性	76.03	4.00	2.0	30	0.0	3.4	0.1	18	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
	動物性	0.00	0.00	1.0	0	0.0	0.0	0.0	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
調味料類	食塩	1.34	0.07	0.5	0	0.0	0.0	0.0	32	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1
	醤油	60.85	3.20	3.8	2	0.2	0.0	0.3	186	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.5
	味噌	33.77	1.78	3.2	3	0.2	0.1	0.4	88	2	0.1	0	0.00	0.00	0	0.1	0.2
	その他の調味料	106.32	5.60	7.0	14	0.2	0.6	1.9	189	4	0.1	1	0.00	0.00	0	0.1	0.5
その他	その他	926.61	48.77	30.0	25	0.5	1.0	3.7	19	7	0.4	0	0.01	0.01	2	0.2	0.0
	その他 1	548.59	28.87	—	0	0.0	0.0	0.0	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
合 計					531	19.1	16.0	81.1	705	204	1.9	216	0.23	0.33	22	3.6	1.5
基 準 値					510	21.0	14.2	0.0	551	230	2.2	190	0.28	0.32	20	3.2	1.4
充 足 率					104.12	90.95	112.68	—	127.95	88.70	86.36	113.68	82.14	103.13	110.00	112.50	107.14

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
251 kcal	144 kcal	76 kcal	10.4 g	7.9 g	0 人	1710 人	0 人	0 人	1710 人	0 人	3420 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	
251 531	$\times 100 = 47.3\%$	16.0 $\times 9$ 531	$\times 100 = 27.1\%$	$100 - 27.1 - \left(\frac{19.1 \times 4}{531} \times 100 \right) = 58.5\%$		10.4 19.1	$\times 100 = 54.5\%$	7.9 16.0	$\times 100 = 49.4\%$	$\frac{2.76}{5.32} = 0.52$	S : M : P 5.32 : 5.29 : 2.76= 3 : 3 : 1.6

献立予定(実施)表

(2024年 2月 1日～2024年 2月 4日)

2月 1日 (木)	2月 2日 (金)	2月 3日 (土)	2月 4日 (日)			
E 466kcal 蛋白 15.1g 脂質 13.3g 食塩 1.5g	E 464kcal 蛋白 16.7g 脂質 12.2g 食塩 1.4g	E 166kcal 蛋白 7.0g 脂質 9.6g 食塩 0.4g				
朝食	朝食	朝食	朝食			
■牛乳 牛乳 100.00g ■バナナ バナナ 1/3本	■牛乳 牛乳 100.00g ■サラダせん サラダせん 1枚	■牛乳 牛乳 100.00g ■ぱりんこ ぱりんこ 1枚				
昼食	昼食	昼食	昼食			
■トマトスパゲティー スパゲティ 36.00g 塩 0.01g ベーコン 8.00g マッシュルーム 8.00g エリンギ 6.00g 玉ねぎ 24.00g ピーマン 4.00g なたね油 0.20g トマトホール缶 16.00g ケチャップ 8.20g ■豆菜サラダ 大豆 5.00g 小松菜 25.00g 人参 5.00g ごま 1.00g エッグケア 4.00g 塩 0.01g ■コンソメスープ 玉ねぎ 10.00g コーン 3.00g 人参 5.00g コンソメ 1.00g うす口しょうゆ 0.50g 塩 0.01g	■散らし寿司 米 50.00g 高野豆腐 3.00g 人参 3.00g 干し椎茸 0.50g ごま 0.50g 濃口しょうゆ 2.50g 酢 3.00g 上白糖 3.00g 塩 0.01g きゅうり 6.00g 錦糸玉子 10.00g かにかま 6.25g のり 0.50g ■ほうれん草のおかか和え ほうれん草 30.00g しめじ 5.00g 人参 5.00g かつお節 0.30g 濃口しょうゆ 0.80g 上白糖 0.30g ■麩のすまし汁 手鞠麩 1.00g わかめ 0.40g うす口しょうゆ 0.80g 塩 0.01g	■お弁当会				
3時	3時	3時	3時			
■お茶 ほうじ茶（浸出液） 100.00g ■しぐれおにぎり 米 30.00g 牛ミンチ 8.00g 濃口しょうゆ 2.40g 上白糖 2.40g みりん 0.80g 酒 0.80g しょうが 0.10g	■牛乳 牛乳 100.00g ■鬼まんじゅう さつま芋 17.60g ホットケーキミックス 9.60g 上白糖 1.50g 牛乳 4.96g	■牛乳 牛乳 100.00g ■ぼたぼた焼き ぼたぼた焼 1枚 ■ハッピーターン ハッピーターン 1個				

2月 5日 (月)	2月 6日 (火)	2月 7日 (水)	2月 8日 (木)	2月 9日 (金)	2月10日 (土)	2月11日 (日)
E 498kcal 蛋白 22.5g 脂質 16.7g 食塩 1.2g	E 466kcal 蛋白 18.1g 脂質 13.0g 食塩 1.1g	E 484kcal 蛋白 13.2g 脂質 17.0g 食塩 1.7g	E 521kcal 蛋白 17.4g 脂質 12.9g 食塩 2.3g	E 620kcal 蛋白 17.8g 脂質 23.1g 食塩 2.1g		
朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食
■牛乳 牛乳 100.00g ■たべっこベイビー たべっこベイビー 5.00g	■牛乳 牛乳 100.00g ■サッポロポテト 1オサッポロポテト 3.00g	■牛乳 牛乳 100.00g ■ハッピーターン ハッピーターン 1個	■牛乳 牛乳 100.00g ■サラダせん サラダせん 1枚	■牛乳 牛乳 100.00g ■ビスコ ビスコ 1枚		
昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
■ご飯 米 50.00g ■さわらの西京焼き さわら 1/2切 酒 1.00g 白味噌 4.00g みりん 1.00g 上白糖 0.50g インゲン 10.00g 濃口しょうゆ 0.30g 上白糖 0.15g ■ブロックリーのツナ和え ブロックリー 22.00g ツナ 5.00g 人参 5.00g 濃口しょうゆ 0.80g 上白糖 0.30g ■豆腐のすまし汁 絹ごし豆腐 12.00g 玉ねぎ 10.00g 人参 5.00g うす口しょうゆ 0.80g 塩 0.01g	■ご飯 米 50.00g ■肉団子の甘酢あんかけ ミートボール 3個 玉ねぎ 10.00g パプリカ(黄) 5.00g パプリカ(赤) 5.00g 濃口しょうゆ 0.70g 酢 0.70g 上白糖 0.90g チキンスープ 0.10g 水 2.00g 片栗粉 0.80g ■チンゲン菜の中華和え チンゲン菜 35.00g 人参 5.00g 濃口しょうゆ 0.80g 上白糖 0.30g ごま油 0.20g 塩 0.01g ■大根スープ 大根 12.00g わかめ 0.40g にら 1.00g チキンスープ 0.80g 塩 0.01g	■ご飯 米 40.00g ■牛肉コロッケ 牛肉コロッケ 2/3個 植物油 4.00g ケチャップ 3.00g とんかつソース 2.00g キャベツ 10.00g 塩 0.01g ■ごぼうサラダ ごぼう 25.00g 人参 5.00g コーン 3.00g ごまだれ 4.00g ■えのきの味噌汁 えのき 5.00g 人参 5.00g ねぎ 1.00g 味噌 4.00g	■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 6.50g 玉ねぎ 24.00g 鶏肉 2枚 しめじ 5.00g なたね油 0.20g トマトホール缶 16.00g ケチャップ 11.00g 上白糖 1.00g コンソメ 0.10g 塩 0.01g パセリ 1.00g ■アスパラのサラダ アスパラ 25.00g 人参 5.00g 青じそドレッシング 4.00g ■野菜スープ かぼちゃ 8.00g 大豆 5.00g 玉ねぎ 5.00g コンソメ 0.80g うす口しょうゆ 0.50g 塩 0.01g	■ポークカレー 米 55.00g 豚肉 20.00g じゃが芋 16.00g 玉ねぎ 30.00g 人参 5.00g カレールー 16.00g なたね油 0.20g 水 50.00g ■コーンサラダ キャベツ 25.00g コーン 8.00g 人参 5.00g 和風ドレッシング 4.00g ■オレンジ オレンジ 1/6玉		
3時	3時	3時	3時	3時	3時	3時
■牛乳 牛乳 100.00g ■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 4.00g	■牛乳 牛乳 100.00g ■杏仁豆腐 パイナップル 16.00g 黄桃缶 17.00g 杏仁豆腐 14.00g	■牛乳 牛乳 100.00g ■りんご寒天 寒天 0.40g 水 12.00g アップルジュース 40.00g 上白糖 2.40g ■ぱりんこ ぱりんこ 1枚	■お茶 ほうじ茶(浸出液) 100.00g ■鮭わかめおにぎり 米 50.00g わかめ御飯(鮭250g) 1.00g	■牛乳 牛乳 100.00g ■きな粉ちんすこう 小麦粉 10.50g 片栗粉 3.00g 上白糖 5.30g きな粉 1.30g なたね油 5.30g		

献立予定(実施)表

(2024年 2月12日～2024年 2月18日)

2月12日 (月)	2月13日 (火)	2月14日 (水)	2月15日 (木)	2月16日 (金)	2月17日 (土)	2月18日 (日)
	E 419kcal 蛋白 18.4g 脂質 11.3g 食塩 1.1g	E 615kcal 蛋白 19.0g 脂質 24.4g 食塩 1.2g	E 537kcal 蛋白 19.9g 脂質 17.8g 食塩 1.1g	E 517kcal 蛋白 18.2g 脂質 19.9g 食塩 0.7g	E 475kcal 蛋白 17.2g 脂質 13.8g 食塩 1.6g	
朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食
	■牛乳 牛乳 100.00g ■マリー マリービスケット 1枚	■牛乳 牛乳 100.00g ■ビスコ ビスコ 1枚	■牛乳 牛乳 100.00g ■バナナ バナナ 1/3本	■牛乳 牛乳 100.00g ■サラダせん サラダせん 1枚	■牛乳 牛乳 100.00g ■ぱりんこ ぱりんこ 1枚	
昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
	■ご飯 米 50.00g ■鯖の塩焼き さば 1/2切 塩 0.01g なたね油 0.20g 人参 10.00g 濃口しょうゆ 0.30g 上白糖 0.15g ■キャベツとさつま揚げの和え キャベツ 25.00g さつま揚げ 5.00g 人参 5.00g 濃口しょうゆ 0.80g 上白糖 0.30g ■すまし汁 大根 10.00g 人参 6.00g ねぎ 1.00g うす口しょうゆ 0.80g 塩 0.01g	■ご飯 米 50.00g ■豚肉のチンジャオロース風 豚肉 25.00g うす口しょうゆ 0.80g 上白糖 0.30g ごま油 0.20g 玉ねぎ 25.00g 三色ピーマン 20.00g たけのこ 10.00g なたね油 0.20g チキンスープ 0.20g うす口しょうゆ 1.00g 上白糖 0.40g 酒 0.10g ごま油 0.50g 片栗粉 0.80g 水 0.80g ■餃子 餃子 1個 ■ほうれん草のスープ ほうれん草 14.00g コーン 5.00g チキンスープ 0.80g 塩 0.01g	■ご飯 米 50.00g ■牛肉のすき煮 牛肉 20.00g 木綿豆腐 20.00g 糸こんにゃく 10.00g 白菜 30.00g 玉ねぎ 20.00g えのき 4.00g 人参 5.00g 濃口しょうゆ 1.00g 上白糖 1.00g みりん 0.50g ■青菜のさっぱり和え チンゲン菜 35.00g 人参 5.00g ちりめんじゃこ 3.00g ポン酢 1.00g 上白糖 0.20g ごま油 0.20g ■しめじの味噌汁 しめじ 5.00g 玉ねぎ 10.00g ねぎ 1.00g 味噌 4.00g	■ご飯 米 50.00g ■豚肉の生姜炒め 豚肉 20.00g 玉ねぎ 20.00g キャベツ 30.00g 人参 5.00g 濃口しょうゆ 1.00g 上白糖 0.50g みりん 1.00g しょうが 0.30g なたね油 0.20g ■インゲンのおかか和え インゲン 24.00g 人参 5.00g 粉かつお 0.80g 濃口しょうゆ 0.80g 上白糖 0.30g ■わかめのすまし汁 わかめ 0.40g 玉ねぎ 10.00g ねぎ 1.00g うす口しょうゆ 0.80g 塩 0.01g	■鶏そぼろ丼 米 55.00g 鶏ミンチ 30.00g 玉ねぎ 15.00g 濃口しょうゆ 2.50g 上白糖 1.25g みりん 0.40g 片栗粉 0.30g なたね油 0.20g 小松菜 15.00g 人参 3.00g 濃口しょうゆ 2.00g 上白糖 1.00g 風味だし汁 18.00g ■じゃが芋の味噌汁 じゃが芋 12.00g 人参 5.00g ねぎ 1.00g 味噌 4.00g ■パイン缶 パイン缶 30.00g	
3時	3時	3時	3時	3時	3時	3時
	■お茶 ほうじ茶(濃出液) 100.00g ■うどんのおやき うどん 1/8玉 鶏卵 5.80g 小麦粉 2.20g ねぎ 1.00g 粉かつお 0.20g めんつゆ 2.00g ポン酢 2.00g ごま油 0.20g	■牛乳 牛乳 100.00g ■バレンタインクッキー 小麦粉 16.00g ココア 0.10g マーガリン 12.00g 上白糖 5.50g 牛乳 0.70g	■牛乳 牛乳 100.00g ■フライドポテト シューストポテト 50.00g 塩 0.01g 植物油 2.00g	■牛乳 牛乳 100.00g ■ふのラスク おつゆ麩 8.00g なたね油 8.00g 上白糖 6.00g	■牛乳 牛乳 100.00g ■星たべよ 星たべよ 1枚 ■ラムネ ラムネ 1個	

献立予定(実施)表

(2024年 2月19日～2024年 2月25日)

2月19日 (月)	2月20日 (火)	2月21日 (水)	2月22日 (木)	2月23日 (金)	2月24日 (土)	2月25日 (日)
E 468kcal 蛋白 21.0g 脂質 17.3g 食塩 1.2g	E 525kcal 蛋白 21.2g 脂質 18.4g 食塩 1.1g	E 409kcal 蛋白 17.4g 脂質 16.8g 食塩 1.5g	E 602kcal 蛋白 21.5g 脂質 25.1g 食塩 1.8g		E 526kcal 蛋白 17.2g 脂質 18.2g 食塩 1.3g	
朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食	朝食
■牛乳 牛乳 100.00g ■たべっこベイビー たべっこベイビー 5.00g	■牛乳 牛乳 100.00g ■サッポロポテト 1オサッポロポテト 3.00g	■牛乳 牛乳 100.00g ■ビスコ ビスコ 1枚	■牛乳 牛乳 100.00g ■サラダせん サラダせん 1枚		■牛乳 牛乳 100.00g ■ぱりんこ ぱりんこ 1枚	
昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
■ご飯 米 50.00g ■さわらのごま醤油焼き さわら 1/2切 濃口しょうゆ 1.00g みりん 1.00g 上白糖 1.00g ごま 1.00g なたね油 0.20g ほうれん草 15.00g 濃口しょうゆ 0.30g 上白糖 0.10g ■切干大根の煮物 切干大根 3.60g 揚げ 3.00g 人参 4.00g 干し椎茸 0.50g うす口しょうゆ 0.80g 上白糖 0.80g みりん 0.80g 風味だし汁 17.00g なたね油 0.10g ■麴の味噌汁 おつゆ麴 1.00g 玉ねぎ 8.00g 人参 3.60g ねぎ 1.00g 味噌 4.00g	■他人丼 米 55.00g 牛肉 25.00g 玉ねぎ 30.00g 鶏卵 20.00g 濃口しょうゆ 1.50g うす口しょうゆ 1.50g 上白糖 1.40g みりん 0.80g 風味だし汁 17.00g みつば 1.50g ■金平ごぼう ごぼう 22.40g 人参 5.00g 揚げ 3.00g ごま 1.00g 濃口しょうゆ 0.80g 上白糖 0.80g ごま油 0.40g ■湯葉のすまし汁 湯葉 0.60g 玉ねぎ 8.00g 人参 5.00g うす口しょうゆ 0.80g 塩 0.01g	■中華そば 中華そば 1/2玉 豚肉 15.00g コーン 3.00g もやし 20.00g 人参 5.00g チンゲン菜 10.00g チキンスープ 1.00g 濃口しょうゆ 3.50g 塩 0.01g ごま油 0.30g 水 160.00g ■白菜のツナ和え 白菜 39.00g 人参 5.00g ツナ 5.00g 濃口しょうゆ 0.80g 上白糖 0.30g ■オレンジ オレンジ 1/6玉	■☆お誕生日会☆ ■菜飯 米 50.00g 菜めしの素 1.00g ■鶏の唐揚げ 鶏肉 2枚 濃口しょうゆ 1.60g みりん 0.80g 小麦粉 2.10g 片栗粉 2.10g 植物油 2.00g ブロッコリー 10.00g 塩 0.01g ■カリフラワーサラダ カリフラワー 22.00g 人参 5.00g ツナ 5.00g 和風ドレッシング 4.00g ■ベーコンスープ コンソメ 0.80g うす口しょうゆ 0.50g 塩 0.01g ベーコン 5.00g 玉ねぎ 8.00g コーン 2.00g パセリ 1.00g	■ピラフ 米 55.00g 玉ねぎ 15.00g ミックスベジタブル 15.00g 鶏肉 25.00g 塩 0.01g コンソメ 0.80g なたね油 0.20g ■ポトフ ベーコン 5.00g じゃが芋 16.00g 玉ねぎ 5.00g 人参 3.60g コンソメ 0.80g うす口しょうゆ 0.50g 塩 0.01g ■黄桃缶 黄桃缶 30.00g		
3時	3時	3時	3時	3時	3時	3時
■牛乳 牛乳 100.00g ■ポップコーン ポップコーン 5.00g なたね油 2.00g 塩 0.10g	■牛乳 牛乳 100.00g ■シュガーパイ パイシート 15.00g グラニュー糖 3.00g	■牛乳 牛乳 100.00g ■抹茶ケーキ 小麦粉 6.20g ベーキングパウダー 0.63g 鶏卵 13.50g なたね油 3.80g 上白糖 6.30g 牛乳 2.50g グリーンティ 2.00g	■牛乳 牛乳 100.00g ■ココアプリンアラモード ココア 1.00g プリンミックス 12.90g 水 55.00g ホイップ 8.00g 黄桃缶 10.00g		■牛乳 牛乳 100.00g ■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	

献立予定(実施)表

(2024年 2月26日～2024年 2月29日)

2月26日 (月)	2月27日 (火)	2月28日 (水)	2月29日 (木)			
E 480kcal 蛋白 21.9g 脂質 15.4g 食塩 1.4g	E 435kcal 蛋白 14.7g 脂質 10.5g 食塩 1.6g	E 444kcal 蛋白 15.3g 脂質 12.4g 食塩 1.7g	E 547kcal 蛋白 20.0g 脂質 19.5g 食塩 1.4g			
朝食	朝食	朝食	朝食			
■牛乳 牛乳 100.00g ■たべっこベイビー たべっこベイビー 5.00g	■牛乳 牛乳 100.00g ■マリー マリービスケット 1枚	■牛乳 牛乳 100.00g ■ビスコ ビスコ 1枚	■牛乳 牛乳 100.00g ■バナナ バナナ 1/3本			
昼食	昼食	昼食	昼食			
■ご飯 米 40.00g ■鯖の味噌煮 さば 1/2切 しょうが 0.10g 酒 1.60g 白味噌 3.00g 濃口しょうゆ 1.50g 上白糖 2.40g みりん 1.30g 人参 10.00g 濃口しょうゆ 0.30g 上白糖 0.15g ■インゲンのごま和え インゲン 22.00g 人参 4.00g ごま 0.30g うす口しょうゆ 0.80g 上白糖 0.30g ■麩のすまし汁 おつゆ麩 1.00g 玉ねぎ 10.00g ねぎ 1.00g うす口しょうゆ 0.80g 塩 0.01g	■ご飯 米 50.00g ■豚肉の炒めもの 豚肉 20.00g キャベツ 10.00g 玉ねぎ 18.00g 人参 4.50g ピーマン 5.00g うす口しょうゆ 3.00g 上白糖 1.50g ごま油 0.20g ■ひじき煮 揚げ 3.00g ひじき 2.00g 絹さや 3.00g 人参 3.00g うす口しょうゆ 0.80g 上白糖 0.80g みりん 0.80g 風味だし汁 17.00g ■わかめの味噌汁 わかめ 0.40g 玉ねぎ 8.00g ねぎ 1.00g 味噌 4.00g	■カレーうどん うどん 1/3玉 豚肉 20.00g 揚げ 3.60g 玉ねぎ 30.00g 人参 5.00g ねぎ 1.00g カレールー 10.00g 濃口しょうゆ 0.50g 風味だし汁 82.00g 塩 0.01g 片栗粉 1.00g ■ほうれん草のおかか和え ほうれん草 30.00g 人参 5.00g かつお節 0.80g 濃口しょうゆ 0.80g 上白糖 0.30g ■パイン缶 パイン缶 30.00g	■ご飯 米 50.00g ■鶏肉の照り焼き 鶏肉 2枚 濃口しょうゆ 2.00g 上白糖 0.50g みりん 1.00g ブロッコリー 10.00g 塩 0.10g ■卵の花 ちくわ 5.00g おから 11.20g 人参 5.00g インゲン 5.00g 濃口しょうゆ 1.00g うす口しょうゆ 0.70g 上白糖 1.00g 風味だし汁 17.00g なたね油 0.20g ■大根の味噌汁 大根 16.00g 人参 5.00g ねぎ 1.00g 味噌 4.00g			
3時	3時	3時	3時			
■牛乳 牛乳 100.00g ■きな粉蒸しパン ホットケーキミックス 16.00g 上白糖 1.00g きな粉 4.00g 牛乳 16.00g	■お茶 ほうじ茶(浸出液) 100.00g ■ももヨーグルト ヨーグルト 40.00g 上白糖 5.00g コーンフレーク 3.00g 黄桃缶 20.00g ■ぱりんこ ぱりんこ 1枚	■お茶 ほうじ茶(浸出液) 100.00g ■たぬきおにぎり 米 36.00g 濃口しょうゆ 0.50g みりん 0.50g 天かす 1.20g ねぎ 0.50g	■牛乳 牛乳 100.00g ■ちんすこう 小麦粉 10.50g 片栗粉 3.00g 上白糖 5.30g なたね油 4.72g			

幼児

献立予定(実施)表

(2024年 2月 1日～2024年 2月 4日)

2月 1日 (木)	2月 2日 (金)	2月 3日 (土)	2月 4日 (日)			
E 479kcal 蛋白 14.6g 脂質 12.1g 食塩 1.7g	E 477kcal 蛋白 17.2g 脂質 9.5g 食塩 1.6g	E 154kcal 蛋白 5.5g 脂質 8.3g 食塩 0.4g				
昼食	昼食	昼食	昼食			
■トマトスパゲティー スパゲティ 45.00g 塩 0.01g ベーコン 10.00g マッシュルーム 10.00g エリンギ 7.50g 玉ねぎ 30.00g ピーマン 5.00g なたね油 0.25g トマトホール缶 20.00g ケチャップ 10.25g ■豆菜サラダ 大豆 6.25g 小松菜 31.25g 人参 6.25g ごま 1.25g エッグケア 5.00g 塩 0.01g ■コンソメスープ 玉ねぎ 12.50g コーン 3.75g 人参 6.25g コンソメ 1.25g うす口しょうゆ 0.63g 塩 0.01g	■散らし寿司 米 60.00g 高野豆腐 3.75g 人参 3.75g 干し椎茸 0.63g ごま 0.63g 濃口しょうゆ 3.13g 酢 3.75g 上白糖 3.75g 塩 0.01g きゅうり 7.50g 錦糸玉子 12.50g かにかま 7.81g のり 0.63g ■ほうれん草のおかか和え ほうれん草 37.50g しめじ 6.25g 人参 6.25g かつお節 0.38g 濃口しょうゆ 1.00g 上白糖 0.38g ■麩のすまし汁 手鞠麩 1.25g わかめ 0.50g うす口しょうゆ 1.00g 塩 0.01g	■お弁当会				
3時	3時	3時	3時			
■お茶 ほうじ茶（濃出液） 150.00g ■しぐれおにぎり 米 37.50g 牛ミンチ 10.00g 濃口しょうゆ 3.00g 上白糖 3.00g みりん 1.00g 酒 1.00g しょうが 0.13g	■牛乳 150.00g 牛乳 ■鬼まんじゅう さつま芋 22.00g ホットケーキミックス 12.00g 上白糖 1.88g 牛乳 6.20g	■牛乳 150.00g 牛乳 ■ぼたぼた焼き ぼたぼた焼 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

(2024年 2月 5日～2024年 2月11日)

2月 5日 (月)	2月 6日 (火)	2月 7日 (水)	2月 8日 (木)	2月 9日 (金)	2月10日 (土)	2月11日 (日)
E 523kcal 蛋白 22.5g 脂質 15.7g 食塩 1.7g	E 482kcal 蛋白 17.9g 脂質 11.5g 食塩 1.4g	E 546kcal 蛋白 13.9g 脂質 17.2g 食塩 1.9g	E 519kcal 蛋白 17.3g 脂質 9.6g 食塩 2.6g	E 679kcal 蛋白 18.9g 脂質 23.7g 食塩 2.6g		
昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
■ご飯 米 60.00g ■さわらの西京焼き さわら 1/2切 酒 1.25g 白味噌 5.00g みりん 1.25g 上白糖 0.63g インゲン 12.50g 濃口しょうゆ 0.38g 上白糖 0.19g ■ブロッコリーのツナ和え ブロッコリー 27.50g ツナ 6.25g 人参 6.25g 濃口しょうゆ 1.00g 上白糖 0.38g ■豆腐のすまし汁 絹ごし豆腐 15.00g 玉ねぎ 12.50g 人参 6.25g うす口しょうゆ 1.00g 塩 0.01g	■ご飯 米 60.00g ■肉団子の甘酢あんかけ ミートボール 4個 玉ねぎ 12.50g パプリカ(黄) 6.25g パプリカ(赤) 6.25g 濃口しょうゆ 0.88g 酢 0.88g 上白糖 1.13g チキンスープ 0.13g 水 2.50g 片栗粉 1.00g ■チンゲン菜の中華和え チンゲン菜 43.75g 人参 6.25g 濃口しょうゆ 1.00g 上白糖 0.38g ごま油 0.25g 塩 0.01g ■大根スープ 大根 15.00g わかめ 0.50g にら 1.25g チキンスープ 1.00g 塩 0.01g	■ご飯 米 50.00g ■牛肉コロッケ 牛肉コロッケ 1個 植物油 5.00g ケチャップ 3.75g とんかつソース 2.50g キャベツ 12.50g 塩 0.01g ■ごぼうサラダ ごぼう 31.25g 人参 6.25g コーン 3.75g ごまだれ 5.00g ■えのきの味噌汁 えのき 6.25g 人参 6.25g ねぎ 1.25g 味噌 5.00g	■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 8.13g 玉ねぎ 30.00g 鶏肉 3枚 しめじ 6.25g なたね油 0.25g トマトホール缶 20.00g ケチャップ 13.75g 上白糖 1.25g コンソメ 0.13g 塩 0.01g パセリ 1.25g ■アスパラのサラダ アスパラ 31.25g 人参 6.25g 青じそドレッシング 5.00g ■野菜スープ かぼちゃ 10.00g 大豆 6.25g 玉ねぎ 6.25g コンソメ 1.00g うす口しょうゆ 0.63g 塩 0.01g	■ポークカレー 米 65.00g 豚肉 25.00g じゃが芋 20.00g 玉ねぎ 37.50g 人参 6.25g カレールー 20.00g なたね油 0.25g 水 62.50g ■コーンサラダ キャベツ 31.25g コーン 10.00g 人参 6.25g 和風ドレッシング 5.00g ■オレンジ オレンジ 2/6玉		
3 時	3 時	3 時	3 時	3 時	3 時	3 時
■牛乳 牛乳 150.00g ■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 5.00g	■牛乳 牛乳 150.00g ■杏仁豆腐 バイン缶 20.00g 黄桃缶 21.25g 杏仁豆腐 17.50g	■牛乳 牛乳 150.00g ■りんご寒天 寒天 0.50g 水 15.00g アップルジュース 50.00g 上白糖 3.00g ■ばりんこ ばりんこ 2枚	■お茶 ほうじ茶(浸出液) 150.00g ■鮭わかめおにぎり 米 62.50g わかめ御飯(鮭250g) 1.25g	■牛乳 牛乳 150.00g ■きな粉ちんすこう 小麦粉 13.13g 片栗粉 3.75g 上白糖 6.63g きな粉 1.63g なたね油 6.63g		

献立予定(実施)表

(2024年 2月12日～2024年 2月18日)

2月12日 (月)	2月13日 (火)	2月14日 (水)	2月15日 (木)	2月16日 (金)	2月17日 (土)	2月18日 (日)
	E 378kcal 蛋白 16.1g 脂質 7.0g 食塩 1.3g	E 711kcal 蛋白 21.7g 脂質 27.4g 食塩 1.7g	E 576kcal 蛋白 21.3g 脂質 18.3g 食塩 1.3g	E 544kcal 蛋白 19.2g 脂質 19.3g 食塩 0.8g	E 527kcal 蛋白 17.9g 脂質 13.4g 食塩 1.8g	
昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
	■ご飯 米 60.00g ■鯖の塩焼き さば 1/2切 塩 0.01g なたね油 0.25g 人参 12.50g 濃口しょうゆ 0.38g 上白糖 0.19g ■キャベツとさつま揚げの和え キャベツ 31.25g さつま揚げ 6.25g 人参 6.25g 濃口しょうゆ 1.00g 上白糖 0.38g ■すまし汁 大根 12.50g 人参 7.50g ねぎ 1.25g うす口しょうゆ 1.00g 塩 0.01g	■ご飯 米 60.00g ■豚肉のチンジャオロース風 豚肉 31.25g うす口しょうゆ 1.00g 上白糖 0.38g ごま油 0.25g 玉ねぎ 31.25g 三色ピーマン 25.00g たけのこ 12.50g なたね油 0.25g チキンスープ 0.25g うす口しょうゆ 1.25g 上白糖 0.50g 酒 0.13g ごま油 0.63g 片栗粉 1.00g 水 1.00g ■餃子 餃子 2個 ■ほうれん草のスープ ほうれん草 17.50g コーン 6.25g チキンスープ 1.00g 塩 0.01g	■ご飯 米 60.00g ■牛肉のすき煮 牛肉 25.00g 木綿豆腐 25.00g 糸こんにゃく 12.50g 白菜 37.50g 玉ねぎ 25.00g えのき 5.00g 人参 6.25g 濃口しょうゆ 1.25g 上白糖 1.25g みりん 0.63g ■青菜のさっぱり和え チンゲン菜 43.75g 人参 6.25g ちりめんじゃこ 3.75g ボン酢 1.25g 上白糖 0.25g ごま油 0.25g ■しめじの味噌汁 しめじ 6.25g 玉ねぎ 12.50g ねぎ 1.25g 味噌 5.00g	■ご飯 米 60.00g ■豚肉の生姜炒め 豚肉 25.00g 玉ねぎ 25.00g キャベツ 37.50g 人参 6.25g 濃口しょうゆ 1.25g 上白糖 0.63g みりん 1.25g しょうが 0.38g なたね油 0.25g ■インゲンのおかか和え インゲン 30.00g 人参 6.25g 粉かつお 1.00g 濃口しょうゆ 1.00g 上白糖 0.38g ■わかめのすまし汁 わかめ 0.50g 玉ねぎ 12.50g ねぎ 1.25g うす口しょうゆ 1.00g 塩 0.01g	■鶏そぼろ丼 米 65.00g 鶏ミンチ 37.50g 玉ねぎ 18.75g 濃口しょうゆ 3.13g 上白糖 1.56g みりん 0.50g 片栗粉 0.38g なたね油 0.25g 小松菜 18.75g 人参 3.75g 濃口しょうゆ 2.50g 上白糖 1.25g 風味だし汁 22.50g ■じゃが芋の味噌汁 じゃが芋 15.00g 人参 6.25g ねぎ 1.25g 味噌 5.00g ■パイン缶 パイン缶 37.50g	
3時	3時	3時	3時	3時	3時	3時
	■お茶 ほうじ茶(浸出液) 150.00g ■うどんのおやき うどん 1/7玉 鶏卵 7.25g 小麦粉 2.75g ねぎ 1.25g 粉かつお 0.25g めんつゆ 2.50g ボン酢 2.50g ごま油 0.25g	■牛乳 牛乳 150.00g ■パレンタインクッキー 小麦粉 20.00g ココア 0.13g マーガリン 15.00g 上白糖 6.88g 牛乳 0.88g	■牛乳 牛乳 150.00g ■フライドポテト シューストポテト 62.50g 塩 0.01g 植物油 2.50g	■牛乳 牛乳 150.00g ■ふのラスク おつゆ麩 10.00g なたね油 10.00g 上白糖 7.50g	■牛乳 牛乳 150.00g ■星たべよ 星たべよ 2枚 ■ラムネ ラムネ 2個	

献立予定(実施)表

(2024年 2月19日～2024年 2月25日)

2月19日 (月)	2月20日 (火)	2月21日 (水)	2月22日 (木)	2月23日 (金)	2月24日 (土)	2月25日 (日)
E 495kcal 蛋白 20.8g 脂質 16.8g 食塩 1.7g	E 568kcal 蛋白 23.0g 脂質 19.3g 食塩 1.4g	E 433kcal 蛋白 18.5g 脂質 16.1g 食塩 1.8g	E 667kcal 蛋白 24.7g 脂質 27.3g 食塩 2.4g		E 620kcal 蛋白 18.3g 脂質 20.8g 食塩 1.4g	
昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
■ご飯 米 60.00g ■さわらのごま醤油焼き さわら 1/2切 濃口しょうゆ 1.25g みりん 1.25g 上白糖 1.25g ごま 1.25g なたね油 0.25g ほうれん草 18.75g 濃口しょうゆ 0.38g 上白糖 0.13g ■切干大根の煮物 切干大根 4.50g 揚げ 3.75g 人参 5.00g 干し椎茸 0.63g うす口しょうゆ 1.00g 上白糖 1.00g みりん 1.00g 風味だし汁 21.25g なたね油 0.13g ■麴の味噌汁 おつゆ麴 1.25g 玉ねぎ 10.00g 人参 4.50g ねぎ 1.25g 味噌 5.00g	■他人丼 米 65.00g 牛肉 31.25g 玉ねぎ 37.50g 鶏卵 25.00g 濃口しょうゆ 1.88g うす口しょうゆ 1.88g 上白糖 1.75g みりん 1.00g 風味だし汁 21.25g みつば 1.88g ■金平ごぼう ごぼう 28.00g 人参 6.25g 揚げ 3.75g ごま 1.25g 濃口しょうゆ 1.00g 上白糖 1.00g ごま油 0.50g ■湯葉のすまし汁 湯葉 0.75g 玉ねぎ 10.00g 人参 6.25g うす口しょうゆ 1.00g 塩 0.01g	■中華そば 中華そば 2/3玉 豚肉 18.75g コーン 3.75g もやし 25.00g 人参 6.25g チンゲン菜 12.50g チキンスープ 1.25g 濃口しょうゆ 4.38g 塩 0.01g ごま油 0.38g 水 200.00g ■白菜のツナ和え 白菜 48.75g 人参 6.25g ツナ 6.25g 濃口しょうゆ 1.00g 上白糖 0.38g ■オレンジ オレンジ 2/6玉	■☆お誕生日会☆ ■菜飯 米 60.00g 菜めしの素 1.25g ■鶏の唐揚げ 鶏肉 3枚 濃口しょうゆ 2.00g みりん 1.00g 小麦粉 2.63g 片栗粉 2.63g 植物油 2.50g ブロッコリー 12.50g 塩 0.01g ■カリフラワーサラダ カリフラワー 27.50g 人参 6.25g ツナ 6.25g 和風ドレッシング 5.00g ■ベーコンスープ コンソメ 1.00g うす口しょうゆ 0.63g 塩 0.01g ベーコン 6.25g 玉ねぎ 10.00g コーン 2.50g パセリ 1.25g	■ピラフ 米 65.00g 玉ねぎ 18.75g ミックスベジタブル 18.75g 鶏肉 31.25g 塩 0.01g コンソメ 1.00g なたね油 0.25g ■ポトフ ベーコン 6.25g じゃが芋 20.00g 玉ねぎ 6.25g 人参 4.50g コンソメ 1.00g うす口しょうゆ 0.63g 塩 0.01g ■黄桃缶 黄桃缶 37.50g		
3時	3時	3時	3時	3時	3時	3時
■牛乳 牛乳 150.00g ■ポップコーン ポップコーン 6.25g なたね油 2.50g 塩 0.13g	■牛乳 牛乳 150.00g ■シュガーパイ パイシート 18.75g グラニュー糖 3.75g	■牛乳 牛乳 150.00g ■抹茶ケーキ 小麦粉 7.75g ベーキングパウダー 0.79g 鶏卵 16.88g なたね油 4.75g 上白糖 7.88g 牛乳 3.13g グリーンティ 2.50g	■牛乳 牛乳 150.00g ■ココアプリンアラモード ココア 1.25g プリンミックス 16.13g 水 68.75g ホイップ 10.00g 黄桃缶 12.50g		■牛乳 牛乳 150.00g ■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	

2月26日 (月)	2月27日 (火)	2月28日 (水)	2月29日 (木)			
E 511kcal 蛋白 22.2g 脂質 14.1g 食塩 1.9g	E 431kcal 蛋白 13.8g 脂質 7.8g 食塩 1.9g	E 509kcal 蛋白 16.3g 脂質 9.9g 食塩 2.0g	E 611kcal 蛋白 22.9g 脂質 22.0g 食塩 1.8g			
昼食	昼食	昼食	昼食			
■ご飯 米 50.00g	■ご飯 米 60.00g	■カレーうどん うどん 2/3玉 豚肉 25.00g 揚げ 4.50g 玉ねぎ 37.50g 人参 6.25g ねぎ 1.25g カレールー 12.50g 濃口しょうゆ 0.63g 風味だし汁 102.50g 塩 0.01g 片栗粉 1.25g	■ご飯 米 60.00g ■鶏肉の照り焼き 鶏肉 3枚 濃口しょうゆ 2.50g 上白糖 0.63g みりん 1.25g ブロッコリー 12.50g 塩 0.13g ■卵の花 ちくわ 6.25g おから 14.00g 人参 6.25g インゲン 6.25g 濃口しょうゆ 1.25g うす口しょうゆ 0.88g 上白糖 1.25g 風味だし汁 21.25g なたね油 0.25g ■大根の味噌汁 大根 20.00g 人参 6.25g ねぎ 1.25g 味噌 5.00g			
■鯖の味噌煮 さば 1/2切 しょうが 0.13g 酒 2.00g 白味噌 3.75g 濃口しょうゆ 1.88g 上白糖 3.00g みりん 1.63g 人参 12.50g 濃口しょうゆ 0.38g 上白糖 0.19g	■豚肉の炒めもの 豚肉 25.00g キャベツ 12.50g 玉ねぎ 22.50g 人参 5.63g ピーマン 6.25g うす口しょうゆ 3.75g 上白糖 1.88g ごま油 0.25g ■ひじき煮 揚げ 3.75g ひじき 2.50g 絹さや 3.75g 人参 3.75g うす口しょうゆ 1.00g 上白糖 1.00g みりん 1.00g 風味だし汁 21.25g ■わかめの味噌汁 わかめ 0.50g 玉ねぎ 10.00g ねぎ 1.25g 味噌 5.00g	■ほうれん草のおかか和え ほうれん草 37.50g 人参 6.25g かつお節 1.00g 濃口しょうゆ 1.00g 上白糖 0.38g ■パイン缶 パイン缶 37.50g				
■インゲンのごま和え インゲン 27.50g 人参 5.00g ごま 0.38g うす口しょうゆ 1.00g 上白糖 0.38g						
■麩のすまし汁 おつゆ麩 1.25g 玉ねぎ 12.50g ねぎ 1.25g うす口しょうゆ 1.00g 塩 0.01g						
3時	3時	3時	3時			
■牛乳 牛乳 150.00g ■きな粉蒸しパン ホットケーキミックス 20.00g 上白糖 1.25g きな粉 5.00g 牛乳 20.00g	■お茶 ほうじ茶（浸出液） 150.00g ■ももヨーグルト ヨーグルト 50.00g 上白糖 6.25g コーンフレーク 3.75g 黄桃缶 25.00g ■ぱりんこ ぱりんこ 2枚	■お茶 ほうじ茶（浸出液） 150.00g ■たぬきおにぎり 米 45.00g 濃口しょうゆ 0.63g みりん 0.63g 天かす 1.50g ねぎ 0.63g	■牛乳 牛乳 150.00g ■ちんすこう 小麦粉 13.13g 片栗粉 3.75g 上白糖 6.63g なたね油 5.90g			