

<栄養月報>

現場 :ベビーセンターいっちゃん保育園
年月日 :2025年10月1日（水）～2025年10月31日（金）
献立種類:乳児

食品群名		総給与量	平均給与量	食品構成	栄養価算定												
					エネルギー	蛋白質	脂質	ナトリウム	カルシウム	カリウム	鉄	レバ/ル活性	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩
		g	g	g	kcal	g	g	mg	mg	mg	mg	μg	mg	mg	mg	g	g
穀類	米	1126.00	41.70	34.0	143	2.6	0.4	1	2	37	0.3	0	0.03	0.01	0	0.2	0.0
	パン類	58.50	2.17	7.0	6	0.2	0.1	10	0	2	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
	めん類	113.16	4.19	12.0	5	0.2	0.0	4	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
	その他の穀類	152.44	5.65	6.5	19	0.6	0.1	19	3	10	0.1	0	0.01	0.00	0	0.1	0.0
いも類	芋類	78.00	2.89	12.0	3	0.0	0.0	0	1	13	0.0	0	0.00	0.00	1	0.1	0.0
	いも類加工品	18.60	0.69	1.5	2	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
砂糖及び甘味類		112.67	4.17	4.5	15	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	71.70	2.66	6.0	3	0.3	0.2	1	3	3	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
	大豆、その他の豆類	0.00	0.00	2.5	0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
種実類		0.80	0.03	0.6	0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
野菜類	緑黄色野菜	790.70	29.29	25.0	10	0.5	0.0	10	18	78	0.2	115	0.02	0.02	8	0.8	0.0
	その他の野菜類	861.99	31.93	35.0	10	0.4	0.0	1	9	59	0.1	1	0.01	0.00	5	0.6	0.0
	野菜漬物	0.64	0.02	-	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	157.02	5.82	20.0	5	0.0	0.0	0	0	16	0.0	1	0.00	0.00	1	0.1	0.0
	果実加工品	218.84	8.11	3.5	5	0.0	0.0	0	0	7	0.0	1	0.00	0.00	0	0.0	0.0
きのこ類		44.50	1.65	3.0	0	0.0	0.0	1	0	5	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0
藻類		4.76	0.18	0.5	0	0.0	0.0	7	1	5	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0
魚介類	魚介類（生）	200.00	7.41	10.0	10	1.4	0.5	9	1	29	0.0	2	0.01	0.02	0	0.0	0.0
	干物、塩蔵、缶詰	30.60	1.13	2.5	3	0.2	0.2	4	0	3	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
	練製品	20.50	0.76	0.5	1	0.1	0.0	6	0	1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
肉類	肉類（生）	547.61	20.28	13.0	37	3.8	2.3	13	1	63	0.2	5	0.07	0.04	1	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	0.00	0.00	0	0.0	0.0
卵類		107.50	3.98	5.5	6	0.5	0.4	6	2	5	0.1	8	0.00	0.01	0	0.0	0.0
乳類	牛乳	4566.05	169.11	160.0	103	5.6	6.4	69	186	254	0.0	64	0.07	0.25	2	0.0	0.2
	乳製品	40.00	1.48	20.0	1	0.1	0.0	1	2	3	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
油脂類	植物性	71.66	2.65	1.5	19	0.0	2.1	16	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
	動物性	25.40	0.94	0.5	7	0.0	0.8	2	0	0	0.0	7	0.00	0.00	0	0.0	0.0
調味料類	食塩	0.37	0.01	0.5	0	0.0	0.0	9	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
	醤油	45.45	1.68	3.0	1	0.1	0.0	98	0	6	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2
	味噌	61.21	2.27	2.5	4	0.3	0.1	111	2	9	0.1	0	0.00	0.00	0	0.1	0.3
	その他の調味料	98.54	3.65	5.5	9	0.1	0.3	111	2	7	0.0	1	0.00	0.00	0	0.0	0.3
その他	その他	846.24	31.34	25.0	41	0.6	1.5	50	4	27	0.0	1	0.01	0.01	1	0.2	0.1
	その他 1	617.94	22.89	-	0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
合計					468	17.6	15.4	560	237	642	1.1	206	0.23	0.36	19	2.4	1.1
基準値					464	19.1	12.8	551	214	0	2.0	189	0.20	0.28	18	0.0	1.4
充足率					100.86	92.15	120.31	101.63	110.75	-	55.00	108.99	115.00	128.57	105.56	-	78.57

給食実施状況

穀類エネルギー	蛋白質エネルギー	脂質エネルギー	動物性蛋白質	動物性脂質
174 kcal	70 kcal	139 kcal	11.8 g	10.1 g

穀類エネルギー比		炭水化物エネルギー比		蛋白質エネルギー比		脂質エネルギー比		動物性蛋白質比		動物性脂質比		カルシウム・リン比率	
$\frac{174}{468} \times 100 =$	37.2 %	$100 - 29.6 - (\frac{17.6 \times 4}{468} \times 100) =$	55.3 %	$\frac{17.6 \times 4}{468} \times 100 =$	15.0 %	$\frac{15.4 \times 9}{468} \times 100 =$	29.6 %	$\frac{11.8}{17.6} \times 100 =$	67.0 %	$\frac{10.1}{15.4} \times 100 =$	65.6 %	$\frac{237.0}{1} : \frac{310.0}{1.3} =$	
P／S比		S：M：P											
$\frac{1.81}{6.27} =$	0.29	6.27	4.35	1.81	=	3	2.1	0.9					

<献立予定(実施)表>

現場：ベビーセンターいっちゃん保育園

献立種類：乳児

年月日：2025年10月1日（水）～2025年10月5日（日）

		10月1日（水）	10月2日（木）	10月3日（金）	10月4日（土）	10月5日（日）
		E 515 kcal 蛋白 19.4 g 脂質 19.0 g 食纖 2.6 g 炭水 70.0 g 食塩 1.1 g	E 501 kcal 蛋白 22.3 g 脂質 16.8 g 食纖 2.0 g 炭水 69.0 g 食塩 1.3 g	E 374 kcal 蛋白 18.1 g 脂質 12.6 g 食纖 2.9 g 炭水 39.0 g 食塩 0.6 g	E 192 kcal 蛋白 7.1 g 脂質 10.5 g 食纖 g 炭水 20.3 g 食塩 0.5 g	
		朝食	朝食	朝食	朝食	朝食
		■牛乳 牛乳 100 g ■バナナ バナナ 1/3本	■牛乳 牛乳 100 g ■ぱりんこ ぱりんこ 1枚	■牛乳 牛乳 100 g ■アスパラガスビスケット アスパラガスビスケット 5 g	■牛乳 牛乳 100 g ■味しらべ 味しらべ 2枚	
		昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
		■ご飯 米 50 g ■鶏の唐揚げ 鶏肉 2枚 しょうが 0.1 g 濃口しょうゆ 1.6 g みりん 0.8 g 片栗粉 2 g 植物油 2.5 g インゲン 10 g 濃口しょうゆ 0.3 g 上白糖 0.15g ■ブロッコリーのツナ和え ブロッコリー 22 g ツナ 5 g 人参 5 g 濃口しょうゆ 0.8 g 上白糖 0.3 g ■玉ねぎの味噌汁 玉ねぎ 12 g 人参 4 g ねぎ 1 g 味噌 4 g	■ご飯 米 50 g ■さわらの西京焼き さくら 1/2切 酒 1 g 白味噌 4 g みりん 1 g 上白糖 0.5 g インゲン 10 g 濃口しょうゆ 0.3 g 上白糖 0.15g ■白菜の和え物 白菜 39 g 人参 3.6 g うす口しょうゆ 1.3 g 上白糖 0.5 g ■かき玉汁 鶏卵 10 g 玉ねぎ 12 g ねぎ 1 g うす口しょうゆ 0.8 g 塩 0.01g	■肉うどん 細うどん 1/3玉 豚肉 40 g 玉ねぎ 15 g 人参 5 g ねぎ 1.5 g うす口しょうゆ 0.8 g みりん 0.8 g 風味だし汁 123 g ■かぼちゃの煮物 かぼちゃ 40 g グリーンピース 3 g 濃口しょうゆ 0.8 g 上白糖 0.8 g みりん 0.8 g 風味だし汁 17 g ■りんご りんご 1/8玉	■お弁当会	
		3時	3時	3時	3時	3時
		■牛乳 牛乳 100 g ■りんご寒天 寒天 0.36g 水 10.8 g アップルジュース 36 g 上白糖 2.16g ■サラダせん サラダせん 1枚	■牛乳 牛乳 100 g ■ジャムケーキ 小麦粉 10 g ベーキングパウダー 0.76g 鶏卵 9 g 有塩バター 2 g 上白糖 2.2 g 牛乳 6.25g いちごジャム 4.2 g	■牛乳 牛乳 100 g ■杏仁豆腐 パイン缶 16 g 黄桃缶 17 g 杏仁豆腐 14 g	■牛乳 牛乳 100 g ■ぱりんこ ぱりんこ 1枚 ■ゼリー ニコニコゼリー 1個	

<献立予定(実施)表>

現場：ベビーセンターいっちゃん保育園

献立種類：乳児

年月日：2025年10月6日（月）～2025年10月12日（日）

10月6日（月）				10月7日（火）				10月8日（水）				10月9日（木）				10月10日（金）				10月11日（土）				10月12日（日）			
E	640 kcal	蛋白	16.9 g	E	551 kcal	蛋白	19.8 g	E	431 kcal	蛋白	19.9 g	E	411 kcal	蛋白	14.8 g	E	493 kcal	蛋白	16.6 g	E	kcal	蛋白	g				
脂質	25.8 g	食繊	4.6 g	脂質	15.8 g	食繊	3.5 g	脂質	11.6 g	食繊	2.1 g	脂質	10.7 g	食繊	2.4 g	脂質	16.3 g	食繊	3.5 g	脂質	g	食繊	g				
炭水	90.7 g	食塩	2.4 g	炭水	87.7 g	食塩	1.4 g	炭水	63.2 g	食塩	1.3 g	炭水	65.7 g	食塩	1.3 g	炭水	71.4 g	食塩	2.1 g	炭水	g	食塩	g				
朝食				朝食				朝食				朝食				朝食				朝食							
■牛乳				■牛乳				■牛乳				■牛乳				■牛乳											
牛乳			100 g	牛乳			100 g	牛乳			100 g	牛乳			100 g	牛乳			100 g								
■星たべよ				■きな粉餅せんべい				■バナナ				■ばりんこ				■アスパラガスビスケット											
星たべよ			1枚	きなこ餅			1枚	バナナ			1/3本	ばりんこ			1枚	アスパラガスビスケット			5 g								
昼食				昼食				昼食				昼食				昼食				昼食				昼食			
■お月見カレー				■鶏そぼろ丼				■ご飯				■ご飯				■ロールパン				■運動会							
米			40 g	米			60 g	米			50 g	米			50 g	ロールパン			1ﾊﾞｯｸ								
豚肉			20 g	鶏ミンチ			30 g	■鯖の生姜煮				■肉団子の中華風あんかけ				■マカロニチキン											
玉ねぎ			30 g	玉ねぎ			15 g	さば			1/2切	ミートボール			3個	マカロニ			6.5 g								
人参			10 g	濃口しょうゆ			1.25g	濃口しょうゆ			1 g	玉ねぎ			20 g	玉ねぎ			24 g								
じゃが芋			10 g	上白糖			0.6 g	水			12.8 g	三色ピーマン			8 g	鶏肉			20 g								
カレールー			16 g	みりん			0.2 g	しょうが			0.9 g	なたね油			0.2 g	エリンギ			5 g								
なたね油			0.2 g	片栗粉			0.3 g	上白糖			0.8 g	ケチャップ			4 g	なたね油			0.2 g								
水			50 g	なたね油			0.2 g	インゲン			10 g	チキンスープ			0.3 g	トマトホール缶			16 g								
鶏卵			8 g	小松菜			15 g	濃口しょうゆ			0.3 g	濃口しょうゆ			1.5 g	ケチャップ			11 g								
■コーンサラダ				人参			3 g	上白糖			0.15g	上白糖			0.8 g	上白糖			1 g								
キャベツ			25 g	濃口しょうゆ			1 g	■白菜とちくわの和え物				酢			0.4 g	片栗粉			0.7 g	塩			0.01g				
コーン			8 g	上白糖			0.5 g	白菜			39 g	■もやしのナムル				塩			0.01g								
人参			5 g	風味だし汁			18 g	ちくわ			5 g	もやし			32 g	■キャベツのツナサラダ											
エッグケア			6 g	■かぼちゃの煮物				うす口しょうゆ			1.3 g	人参			5 g	キャベツ			25 g								
■オレンジゼリー				かぼちゃ			40 g	上白糖			0.5 g	ごま			0.8 g	人参			5 g								
オレンジゼリー			1個	グリーンピース			3 g	■豆腐の味噌汁				濃口しょうゆ			1 g	ツナ			10 g								
				濃口しょうゆ			0.8 g	絹ごし豆腐			10 g	濃口しょうゆ			0.5 g	濃口しょうゆ			1 g								
				上白糖			0.8 g	玉ねぎ			8 g	上白糖			0.5 g	エッグケア			5 g								
				みりん			0.8 g	ねぎ			1 g	ごま油			0.4 g	■きのこスープ											
				風味だし汁			17 g	味噌			4 g	塩			0.01g	コンソメ			0.8 g								
				■大根の味噌汁				■わかめスープ				わかめ			0.2 g	うす口しょうゆ			0.3 g								
				大根			18 g	わかめ			0.2 g	コーン			3 g	塩			0.01g								
				おつゆ麩			1 g	コーン			3 g	チキンスープ			0.8 g	えのき			5 g								
				ねぎ			1 g	チキンスープ			0.8 g	塩			0.01g	しめじ			5 g								
				味噌			4 g	塩			0.01g	玉ねぎ			8 g				8 g								
3時				3時				3時				3時				3時				3時				3時			
■牛乳				■牛乳				■お茶				■お茶				■お茶											
牛乳			100 g	牛乳			100 g	ほうじ茶			100 g	ほうじ茶			100 g	ほうじ茶			100 g								
■おさつ甘納豆				■プリン				■チヂミ				■柿				■菜飯おにぎり											
さつま芋			50 g	プリンミックス			12.9 g	豚ミンチ			7 g	柿			1/8玉	米			36 g								
有塩バター			5 g	水			55 g	にら			4 g	■ぼたぼた焼き				菜めしの素			1 g								
グラニュー糖			5 g	■サラダせん																							
				サラダせん			1枚	玉ねぎ			3.5 g	ぼたぼた焼			1枚												
				小麦粉			9 g	片栗粉			1.8 g																
				水			10.8 g	鶏卵			3.5 g																
				ボン酢			1 g																				
				ごま油			0.2 g																				

<献立予定(実施)表>

現場 : ベビーセンターいっちゃん保育園

献立種類: 乳児

年月日: 2025年10月13日(月) ~ 2025年10月19日(日)

10月13日(月)				10月14日(火)				10月15日(水)				10月16日(木)				10月17日(金)				10月18日(土)				10月19日(日)			
E	kcal	蛋白	g	E	610 kcal	蛋白	15.4 g	E	473 kcal	蛋白	19.6 g	E	515 kcal	蛋白	20.7 g	E	653 kcal	蛋白	20.5 g	E	344 kcal	蛋白	14.0 g				
脂質	g	食繊	g	脂質	23.3 g	食繊	3.5 g	脂質	11.5 g	食繊	3.2 g	脂質	19.8 g	食繊	2.1 g	脂質	22.0 g	食繊	4.8 g	脂質	12.9 g	食繊	1.4 g				
炭水	g	食塩	g	炭水	88.1 g	食塩	1.6 g	炭水	77.0 g	食塩	1.7 g	炭水	66.4 g	食塩	1.4 g	炭水	96.0 g	食塩	2.3 g	炭水	32.1 g	食塩	0.9 g				
朝食				朝食				朝食				朝食				朝食				朝食				朝食			
				■牛乳 牛乳 100 g ■きな粉餅せんべい きなこ餅 1枚				■牛乳 牛乳 100 g ■バナナ バナナ 1/3本				■牛乳 牛乳 100 g ■ばりんこ ばりんこ 1枚				■牛乳 牛乳 100 g ■アスパラガスビスケット アスパラガスビスケット 5 g				■牛乳 牛乳 100 g ■味しらべ 味しらべ 2枚							
昼食				昼食				昼食				昼食				昼食				昼食				昼食			
■スポーツの日				■ご飯 米 50 g ■かぼちゃコロッケ かぼちゃコロッケ 2/3個 植物油 4 g ケチャップ 3 g とんかつソース 2 g インゲン 10 g 濃口しょうゆ 0.3 g 上白糖 0.15g ■ほうれん草のさっぱり和え ほうれん草 32 g 人参 5 g 青じそドレッシング 4 g ■オニオンスープ コンソメ 0.8 g うす口しょうゆ 0.4 g 塩 0.01g 玉ねぎ 14 g 人参 5 g パセリ 1 g				■きのこご飯 米 60 g しめじ 4 g えのき 4 g まいたけ 4 g 人参 3.6 g 揚げ 1.8 g 風味だし汁 10 g うす口しょうゆ 3 g 上白糖 2 g みりん 3 g なたね油 0.01g ■さわらの塩焼き さわら 1/2切 塩 0.01g ■ブロッコリーのごま和え ブロッコリー 25 g 人参 5 g コーン 5 g ごまだれ 4 g ■大根の味噌汁 大根 16 g 玉ねぎ 8 g ねぎ 1 g 味噌 4.5 g				■ご飯 米 50 g ■鶏肉の香味焼き 鶏肉 2枚 しょうが 0.1 g ねぎ 1 g 濃口しょうゆ 2 g 酒 0.5 g 塩 0.01g 上白糖 0.3 g ごま油 0.5 g なたね油 2 g アスパラ 10 g 濃口しょうゆ 0.3 g 上白糖 0.13g ■カラフルサラダ ほうれん草 32 g ツナ 5 g パプリカ(赤) 3 g パプリカ(黄) 3 g 和風ドレッシング 3 g ■わかめの味噌汁 玉ねぎ 8 g わかめ 0.2 g 味噌 3 g				■ハヤシライス 米 60 g 牛肉 25 g マッシュルーム 4 g 玉ねぎ 30 g 人参 10 g なたね油 1.4 g 水 50 g コンソメ 0.26g ケチャップ 2 g 上白糖 0.5 g 塩 0.01g ビーフシチュールー 6 g ハヤシフレーク 6 g ■ほうれん草とコーンの和え物 ほうれん草 33 g 人参 5 g コーン 3 g 青じそドレッシング 4 g ■黄桃 黄桃缶 30 g				■五目うどん 細うどん 1/3玉 鶏肉 20 g かまぼこ 5.5 g 玉ねぎ 15 g 椎茸 5 g ねぎ 1.5 g うす口しょうゆ 1 g みりん 0.8 g 風味だし汁 123 g ■小松菜のおかか和え 小松菜 30 g 人参 5 g かつお節 0.3 g 濃口しょうゆ 1 g 上白糖 0.5 g ■みかん缶 みかん缶 30 g							
3時				3時				3時				3時				3時				3時				3時			
				■牛乳 牛乳 100 g ■マドレーヌ 小麦粉 10 g 無塩バター 10 g 上白糖 8 g ベーキングパウダー 0.05g 鶏卵 10 g レモン果汁 2 g				■お茶 ほうじ茶 100 g ■フルーチェ フルーチェ(イチゴ) 30 g 牛乳 30 g ■クラッカー 全粒粉クラッカー 1枚				■牛乳 牛乳 100 g ■ホットケーキ ホットケーキミックス 13 g 鶏卵 3 g 牛乳 10 g メーブルシロップ 2 g				■牛乳 牛乳 100 g ■フライドポテト シューストポテト 49 g 塩 0.01g 植物油 2 g				■牛乳 牛乳 100 g ■ぼたぼた焼 ぼたぼた焼 1枚 ■ラムネ ラムネ 1個							

<献立予定(実施)表>

現場：ベビーセンターいっちゃん保育園

献立種類：乳児

年月日：2025年10月20日（月）～2025年10月26日（日）

10月20日（月）				10月21日（火）				10月22日（水）				10月23日（木）				10月24日（金）				10月25日（土）				10月26日（日）					
E	562 kcal	蛋白	22.0 g	E	466 kcal	蛋白	20.8 g	E	662 kcal	蛋白	21.1 g	E	547 kcal	蛋白	20.1 g	E	448 kcal	蛋白	17.0 g	E	566 kcal	蛋白	22.6 g						
脂質	20.4 g	食繊	3.9 g	脂質	11.2 g	食繊	3.8 g	脂質	22.6 g	食繊	2.6 g	脂質	20.5 g	食繊	2.8 g	脂質	17.2 g	食繊	2.5 g	脂質	14.6 g	食繊	2.2 g						
炭水	76.1 g	食塩	1.6 g	炭水	75.1 g	食塩	1.4 g	炭水	95.7 g	食塩	1.6 g	炭水	74.7 g	食塩	1.8 g	炭水	57.2 g	食塩	1.2 g	炭水	88.1 g	食塩	1.4 g						
朝食				朝食				朝食				朝食				朝食				朝食				朝食					
■牛乳				■牛乳				■牛乳				■牛乳				■牛乳				■牛乳									
牛乳			100 g	牛乳			100 g	牛乳			100 g	牛乳			100 g	牛乳			100 g	牛乳			100 g						
■星たべよ				■きな粉餅せんべい				■バナナ				■ばりんこ				■アスパラガスビスケット				■味しらべ									
星たべよ			1枚	きなこ餅			1枚	バナナ			1/3本	ばりんこ			1枚	アスパラガスビスケット			5 g	味しらべ			2枚						
昼食				昼食				昼食				昼食				昼食				昼食				昼食					
■ご飯				■ご飯				■親子丼				■ご飯				■ご飯				■牛丼									
米			50 g	米			50 g	米			60 g	米			50 g	米			40 g	米			60 g						
■豚肉の彩り炒め				■白身魚の幽庵焼き								■麻婆豆腐				■鶏の照り焼き													
豚肉			35 g	ホキ			1/2切	鶏卵			20 g	木綿豆腐			40 g	鶏肉			2枚	牛肉			43.2 g						
玉ねぎ			30 g	酒			0.9 g	玉ねぎ			30 g	豚ミンチ			27 g	濃口しょうゆ			1 g	玉ねぎ			43.2 g						
三色ピーマン			20 g	濃口しょうゆ			1 g	みつば			1 g	しょうが			0.5 g	上白糖			0.5 g	人参			6 g						
エリンギ			8 g	上白糖			0.6 g	上白糖			0.5 g	玉ねぎ			10 g	みりん			1 g	濃口しょうゆ			1.2 g						
ごま油			1 g	風味だし汁			3.8 g	みりん			0.5 g	人参			5 g	ブロッコリー			10 g	うす口しょうゆ			1.2 g						
上白糖			0.5 g	レモン果汁			0.8 g	濃口しょうゆ			1 g	ねぎ			1.5 g	塩			0.1 g	みりん			2.16g						
濃口しょうゆ			1 g	インゲン			10 g	うす口しょうゆ			1 g	なたね油			0.2 g	■ポパイサラダ				上白糖			1.68g						
片栗粉			0.2 g	濃口しょうゆ			0.3 g	酒			1.5 g	ごま油			0.2 g	ほうれん草			30 g	■キャベツの味噌汁									
■レンコンとひじきのサラダ				上白糖			0.15g	風味だし汁			10 g	チキンスープ			1 g	人参			5 g	キャベツ			15 g						
レンコン			10 g	■小松菜の煮浸し				■春雨の中華和え				濃口しょうゆ			2 g	みりん			1.4 g	コーン			8 g						
ひじき			2 g	小松菜			30 g	春雨			4 g	味噌			3.2 g	エッグケア			5 g	■豆腐の味噌汁									
人参			5 g	人參			5 g	味噌			5 g	水			21 g	絹ごし豆腐			12 g	わかめ			4 g						
ツナ			10 g	揚げ			1.7 g	インゲン			15 g	片栗粉			0.9 g	ねぎ			1 g	■パイン缶									
めんつゆ			3 g	うす口しょうゆ			0.5 g	濃口しょうゆ			0.5 g	■キャベツの昆布和え				味噌			4 g	パイン缶			30 g						
エッグケア			5 g	上白糖			0.5 g	上白糖			0.25g	キャベツ			25 g	人参			5 g										
■青菜の味噌汁				みりん			0.5 g	ごま油			0.2 g	人參			5 g	塩昆布			0.8 g										
チンゲン菜			12 g	風味だし汁			8 g	塩			0.01g	濃口しょうゆ			0.2 g	■野菜スープ													
人參			5 g	■じゃが芋の味噌汁				■さつま揚げの味噌汁				チンゲン菜			12 g	もやし			3 g										
ねぎ			1 g	じゃが芋			18 g	さつま揚げ			5 g	人参			3.6 g	コーン			0.8 g										
味噌			4 g	玉ねぎ			12 g	玉ねぎ			14 g	チキンスープ			0.8 g	塩			0.01g										
				ねぎ			1 g	わかめ			0.2 g																		
				味噌			4 g	味噌			4 g																		
3時				3時				3時				3時				3時				3時				3時					
■牛乳				■牛乳				■牛乳				■牛乳				■お茶				■牛乳									
牛乳			100 g	牛乳			100 g	牛乳			100 g	牛乳			100 g	ほうじ茶			100 g	牛乳			100 g						
■ココア蒸しパン				■ジャムサンド				■抹茶のパウンドケーキ				■ちんすこう				■みかんヨーグルト				■サラダせん									
ホットケーキミックス			14 g	食パン			1/2枚	ホットケーキミックス			20 g	小麦粉			10.5 g	ヨーグルト			40 g	サラダせん			1枚						
ココア			1.5 g	いちごジャム			10 g	鶏卵			12.8 g	片栗粉			3 g	上白糖			5 g	■マリー									
上白糖			2.8 g					上白糖			7 g	上白糖			5.3 g	みかん缶			15 g	マリービスケット				1					
牛乳			10 g					牛乳			7 g	なたね油			4.72g	■味しらべ				味しらべ			1枚						

<献立予定(実施)表>

現場：ベビーセンターいっちゃん保育園

献立種類：乳児

年月日：2025年10月27日（月）～2025年10月31日（金）

10月27日（月）				10月28日（火）				10月29日（水）				10月30日（木）				10月31日（金）					
E	557 kcal	蛋白	19.6 g	E	497 kcal	蛋白	20.2 g	E	571 kcal	蛋白	22.0 g	E	502 kcal	蛋白	19.8 g	E	594 kcal	蛋白	23.4 g		
脂質	18.6 g	食繊	2.8 g	脂質	15.4 g	食繊	1.8 g	脂質	18.8 g	食繊	3.7 g	脂質	16.4 g	食繊	2.2 g	脂質	21.3 g	食繊	3.1 g		
炭水	80.5 g	食塩	1.7 g	炭水	73.2 g	食塩	1.2 g	炭水	81.6 g	食塩	1.0 g	炭水	71.9 g	食塩	1.2 g	炭水	80.3 g	食塩	1.6 g		
朝食				朝食				朝食				朝食				朝食					
■牛乳				■牛乳				■牛乳				■牛乳				■牛乳					
牛乳			100 g	牛乳			100 g	牛乳			100 g	牛乳			100 g	牛乳			100 g		
■星たべよ				■きな粉餅せんべい				■バナナ				■ばりんこ				■アスパラガスビスケット					
星たべよ			1枚	きなこ餅			1枚	バナナ			1/3本	ばりんこ			1枚	アスパラガスビスケット			5 g		
昼食				昼食				昼食				昼食				昼食					
■ご飯				■ご飯				■ご飯				■ご飯				■豚肉と高野の卵とじ丼					
米			50 g	米			50 g	米			50 g	米			50 g	米			60 g		
■ホイコーロー				■白身魚のバター醤油焼き				■豚肉の生姜炒め				■鶏のマーマレード焼き				豚肉				20 g	
豚肉			25 g	ホキ			1/2切	豚肉			35 g	鶏肉			2枚	高野豆腐			2 g		
キャベツ			25 g	酒			0.6 g	玉ねぎ			15 g	濃口しょうゆ			2.2 g	玉ねぎ			30 g		
玉ねぎ			20 g	濃口しょうゆ			1.6 g	キャベツ			30 g	マーマレード			5.4 g	人参			8 g		
人参			3 g	みりん			0.6 g	人参			4 g	インゲン			10 g	みつば			1 g		
ピーマン			6 g	無塩バター			2 g	濃口しょうゆ			1 g	濃口しょうゆ			0.3 g	鶏卵			20 g		
濃口しょうゆ			1 g	人参			10 g	上白糖			0.5 g	上白糖			0.13g	風味だし汁			20 g		
味噌			4 g	濃口しょうゆ			0.3 g	みりん			1 g	■コーンサラダ				濃口しょうゆ			1 g		
酒			1.7 g	上白糖			0.15g	しょうが			0.3 g	キャベツ			25 g	みりん			0.5 g		
上白糖			1.2 g	■切干大根の煮物				なたね油			0.2 g	コーン			5 g	上白糖			0.5 g		
なたね油			1.2 g	切干大根			3.6 g	■ブロッコリーのおかか和え				人参			5 g	■ほうれん草のごまだれ和え					
■焼売				揚げ			3.6 g	ブロッコリー			25 g	和風ドレッシング			4 g	ほうれん草			32 g		
焼売			2個	人参			3.6 g	人参			5 g	■豚汁				細切り蒲鉾			5 g		
■春雨スープ				干し椎茸			0.5 g	かつお節			0.3 g	豚肉			10 g	人参			5 g		
春雨			4 g	うす口しょうゆ			0.5 g	濃口しょうゆ			0.5 g	人参			5 g	ごまだれ			4 g		
わかめ			0.2 g	上白糖			0.5 g	上白糖			0.31g	大根			8 g	■麩の味噌汁					
コーン			3 g	みりん			0.5 g	■青菜の味噌汁				玉ねぎ			8 g	おつゆ麩			1 g		
チキンスープ			0.8 g	風味だし汁			17 g	小松菜			12 g	ねぎ			1 g	玉ねぎ			12 g		
塩			0.01g	なたね油			0.1 g	玉ねぎ			8 g	味噌			3 g	ねぎ			1 g		
				■湯葉のすまし汁				味噌			3 g					味噌			4.5 g		
				湯葉			0.6 g														
				玉ねぎ			8 g														
				みつば			1 g														
				うす口しょうゆ			1 g														
				塩			0.01g														
3時				3時				3時				3時				3時					
■牛乳				■牛乳				■牛乳				■牛乳				■牛乳					
牛乳			100 g	牛乳			100 g	牛乳			100 g	牛乳			100 g	牛乳			100 g		
■プレーンクッキー				■マシュマロサンド				■パンプキンケーキ				■ぶどう寒天				■ふのラスク					
小麦粉			10.5 g	マシュマロ			2個	ホットケーキミックス			16 g	ぶどうジュース			30 g	おつゆ麩			8 g		
片栗粉			1.7 g	全粒粉クラッカー			4枚	上白糖			6.4 g	水			26.3 g	マーガリン			8 g		
ベーキングパウダー			0.18g					鶏卵			11.2 g	上白糖			5.7 g	上白糖			6 g		
マーガリン			4.6 g					無塩バター			6.4 g	寒天			0.6 g						
上白糖			2.7 g					かぼちゃ			10 g	■ぼたぼた焼き									
牛乳			2.8 g									ぼたぼた焼			1枚						