

〈榮養月報〉

現場 : 美木多いっちゃん保育園
年月日 : 2025年11月1日(土)～2025年11月30日(日)
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	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	800.00	47.06	34.0	161	2.9	0.5	1	3	42	0.4	0	0.04	0.01	0	0.3	0.0	
	パン類	18.50	1.09	7.0	3	0.1	0.1	5	0	1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
	めん類	140.67	8.27	12.0	12	0.4	0.0	5	0	1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
	その他の穀類	121.75	7.16	6.5	25	0.7	0.3	23	3	12	0.1	0	0.01	0.00	0	0.2	0.1	
いも類	芋類	135.68	7.98	12.0	6	0.1	0.0	0	1	32	0.0	0	0.01	0.00	2	0.5	0.0	
	いも類加工品	8.38	0.49	1.5	1	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		58.69	3.45	4.5	12	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	50.66	2.98	6.0	6	0.5	0.5	1	8	4	0.1	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
	大豆、その他の豆類	6.50	0.38	2.5	2	0.1	0.1	0	1	8	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0	
種実類		2.00	0.12	0.6	1	0.0	0.1	0	1	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
野菜類	緑黄色野菜	493.53	29.03	25.0	8	0.5	0.0	13	21	76	0.2	138	0.01	0.02	6	0.8	0.0	
	その他の野菜類	652.62	38.39	35.0	12	0.5	0.0	2	10	69	0.1	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	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
果実類	果実類	106.80	6.28	20.0	5	0.1	0.0	0	1	17	0.0	2	0.00	0.00	1	0.1	0.0	
	果実加工品	178.00	10.47	3.5	7	0.0	0.0	0	0	10	0.0	1	0.00	0.00	1	0.1	0.0	
きのこ類		19.00	1.12	3.0	0	0.0	0.0	2	0	3	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
藻類		3.90	0.23	0.5	0	0.0	0.0	6	2	12	0.0	1	0.00	0.00	0	0.1	0.0	
魚介類	魚介類（生）	120.00	7.06	10.0	10	1.3	0.5	8	1	23	0.0	3	0.00	0.01	0	0.0	0.0	
	干物、塩蔵、缶詰	27.20	1.60	2.5	3	0.4	0.2	14	1	2	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
	練製品	9.00	0.53	0.5	1	0.1	0.0	5	0	1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
肉類	肉類（生）	312.61	18.39	13.0	34	3.4	2.1	10	1	57	0.1	3	0.07	0.04	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	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
卵類		47.00	2.76	5.5	4	0.3	0.3	5	1	4	0.0	5	0.00	0.01	0	0.0	0.0	
乳類	牛乳	3146.60	185.09	160.0	113	6.1	7.0	76	204	278	0.0	70	0.07	0.28	2	0.0	0.2	
	乳製品	45.00	2.65	20.0	3	0.1	0.2	5	5	4	0.0	1	0.00	0.01	0	0.0	0.0	
油脂類	植物性	50.54	2.97	1.5	22	0.0	2.4	17	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
	動物性	13.20	0.78	0.5	6	0.0	0.6	5	0	0	0.0	4	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
調味料類	食塩	0.69	0.04	0.2	0	0.0	0.0	15	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
	醤油	31.76	1.87	2.0	1	0.1	0.0	104	0	6	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.3	
その他	味噌	24.00	1.41	2.0	2	0.2	0.1	69	1	5	0.1	0	0.00	0.00	0	0.1	0.2	
	その他の調味料	105.91	6.23	4.5	17	0.3	0.7	235	3	12	0.0	1	0.00	0.00	0	0.1	0.6	
	その他	423.51	24.91	25.0	28	0.3	1.0	27	13	7	0.0	0	0.01	0.01	0	0.0	0.1	
その他 1		552.62	32.51	-	0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
合計					505	18.5	16.7	653	281	686	1.1	230	0.23	0.40	18	3.1	1.5	
基準値					461	19.1	12.8	551	211	0	2.0	186	0.20	0.27	18	0.0	1.4	
充足率					109.54	96.86	130.47	118.51	133.18	-	55.00	123.66	115.00	148.15	100.00	-	107.14	

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
201 kcal	74 kcal	150 kcal	12.1 g	10.7 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	
$\frac{201}{505} \times 100 =$	39.8 %	$100 - 29.8 - (\frac{18.5 \times 4}{505} \times 100) =$	55.6 %	$\frac{18.5 \times 4}{505} \times 100 =$	14.7 %	$\frac{16.7 \times 9}{505} \times 100 =$	29.8 %	$\frac{12.1}{18.5} \times 100 =$	65.4 %	$\frac{10.7}{16.7} \times 100 =$	64.1 %	281.0 : 344.0 =	1 : 1.2
P / S 比		S : M : P											
$\frac{1.98}{6.67} =$	0.30	6.67 :	4.29 :	1.98 =									
		3 :	1.9 :	0.9									

＜献立予定(実施)表＞

現場：美木多いっちゃん保育園

献立種類：乳児

年月日：2025年11月1日（土）～ 2025年11月2日（日）

					11月1日（土）	11月2日（日）
					E 170 kcal 蛋白 6.9 g 脂質 8.9 g 食繊 g 炭水 18.2 g 食塩 0.3 g	
					朝食	朝食
					■牛乳 牛乳 100 g ■ぼたぼた焼き ぼたぼた焼 1枚	
					昼食	昼食
					■お弁当会	
					3時	3時
					■牛乳 牛乳 100 g ■ハッピーターン ハッピーターン 1個 ■ラムネ ラムネ 1個	

<献立予定(実施)表>

現場：美木多いっちゃん保育園

献立種類：乳児

年月日：2025年11月3日（月）～2025年11月9日（日）

11月3日（月）				11月4日（火）				11月5日（水）				11月6日（木）				11月7日（金）				11月8日（土）				11月9日（日）			
E	kcal	蛋白	g	E	570 kcal	蛋白	15.1 g	E	468 kcal	蛋白	20.7 g	E	653 kcal	蛋白	20.2 g	E	351 kcal	蛋白	13.5 g	E	489 kcal	蛋白	13.5 g				
脂質	g	食繊	g	脂質	18.8 g	食繊	3.6 g	脂質	14.7 g	食繊	2.4 g	脂質	25.0 g	食繊	4.9 g	脂質	15.4 g	食繊	2.1 g	脂質	12.9 g	食繊	1.7 g				
炭水	g	食塩	g	炭水	88.5 g	食塩	1.7 g	炭水	65.6 g	食塩	1.2 g	炭水	89.3 g	食塩	2.3 g	炭水	44.1 g	食塩	1.5 g	炭水	84.1 g	食塩	1.5 g				
朝食				朝食				朝食				朝食				朝食				朝食				朝食			
				■牛乳 牛乳 100 g ■サッポロポテト 1才サッポロポテト 3 g				■牛乳 牛乳 100 g ■ビスコ ビスコ 1枚				■牛乳 牛乳 100 g ■たべっこベイビー たべっこベイビー 5 g				■牛乳 牛乳 100 g ■サラダせん サラダせん 1枚				■牛乳 牛乳 100 g ■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			
■文化の日				■ご飯 米 50 g ■牛肉コロッケ 牛肉コロッケ 2/3個 植物油 3.5 g ケチャップ 5 g ブロッコリー 10 g 塩 0.01g ■ごぼうサラダ ごぼう 25 g コーン 3 g 人参 5 g エッグケア 3 g ■オニオンスープ コンソメ 1.1 g うす口しょうゆ 0.5 g 塩 0.01g 玉ねぎ 14 g 人参 5 g パセリ 1 g				■ご飯 米 50 g ■さばの生姜煮 さば 1/2切 酒 1 g しょうが 0.11g 濃口しょうゆ 1 g みりん 1 g 風味だし汁 4 g インゲン 10 g 濃口しょうゆ 0.3 g 上白糖 0.15g ■ほうれん草の和え物 ほうれん草 30 g 人参 5 g 濃口しょうゆ 0.8 g 上白糖 0.3 g ■揚げの味噌汁 揚げ 1.8 g 玉ねぎ 8 g ねぎ 1 g 味噌 4 g				■ポークカレー 米 55 g 豚肉 30 g じゃが芋 15.2 g 玉ねぎ 28.5 g 人参 4.75g カレールー 15.2 g なたね油 0.2 g 水 47.5 g ■小松菜のサラダ 小松菜 33 g 人参 5 g ひじき 0.8 g ごまだれ 3 g ■黄桃 黄桃缶 30 g				■きつねうどん うどん 1/3玉 揚げ 8 g 濃口しょうゆ 0.5 g 上白糖 0.25g かまぼこ 5 g 人参 5 g しめじ 5 g ねぎ 1 g 濃口しょうゆ 3.25g みりん 0.5 g 風味だし汁 123 g ■ブロッコリーのごま和え ブロッコリー 22 g 人参 3.2 g ごま 0.3 g うす口しょうゆ 1.1 g 上白糖 1.2 g ■パイン缶 パイン缶 30 g				■チャーハン 米 55 g ウインナー 15 g 人参 5.6 g 玉ねぎ 5.6 g ねぎ 1.5 g コーン 5 g チキンスープ 0.5 g 濃口しょうゆ 0.6 g 塩 0.01g ごま油 0.2 g ■さつまいもの味噌汁 さつま芋 18 g 玉ねぎ 12 g ねぎ 1 g 味噌 4 g ■青りんごゼリー 青りんごゼリー 1個							
3時				3時 ■牛乳 牛乳 100 g ■マシュマロサンド 全粒粉ｸﾞｯｶｰ 4枚 マシュマロ 2個				3時 ■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				3時 ■牛乳 牛乳 100 g ■マーマレードケーキ ホットケーキミックス 15 g 鶏卵 5 g 有塩バター 9 g マーマレード 5 g				3時 ■牛乳 牛乳 100 g ■ポップコーン ポップコーン 5 g なたね油 2 g 塩 0.1 g				3時 ■牛乳 牛乳 100 g ■味しらべ 味しらべ 1枚 ■ビスコ ビスコ 1枚				3時			

<献立予定(実施)表>

現場：美木多いっちゃん保育園

献立種類：乳児

年月日：2025年11月10日（月）～2025年11月16日（日）

11月10日（月）				11月11日（火）				11月12日（水）				11月13日（木）				11月14日（金）				11月15日（土）				11月16日（日）			
E	424 kcal	蛋白	17.1 g	E	507 kcal	蛋白	20.8 g	E	523 kcal	蛋白	16.3 g	E	513 kcal	蛋白	17.0 g	E	480 kcal	蛋白	18.7 g	E	407 kcal	蛋白	15.6 g				
脂質	10.8 g	食繊	1.7 g	脂質	14.6 g	食繊	2.6 g	脂質	15.8 g	食繊	5.3 g	脂質	15.6 g	食繊	5.5 g	脂質	13.0 g	食繊	2.1 g	脂質	15.4 g	食繊	1.7 g				
炭水	66.2 g	食塩	1.1 g	炭水	76.9 g	食塩	1.2 g	炭水	83.4 g	食塩	1.9 g	炭水	79.1 g	食塩	2.3 g	炭水	75.1 g	食塩	1.0 g	炭水	54.6 g	食塩	1.8 g				
朝食				朝食				朝食				朝食				朝食				朝食							
■牛乳 牛乳 100 g				■牛乳 牛乳 100 g				■牛乳 牛乳 100 g				■牛乳 牛乳 100 g				■牛乳 牛乳 100 g				■牛乳 牛乳 100 g							
■たべっこベビー たべっこベビー 5 g				■マリー マリービスケット 1枚				■ビスコ ビスコ 1枚				■サラダせん サラダせん 1枚				■バナナ バナナ 1/3本				■ぱりんこ ぱりんこ 1枚							
昼食				昼食				昼食				昼食				昼食				昼食							
■ご飯 米 50 g				■豚肉と高野の卵とじ丼 米 50 g				■ご飯 米 50 g				■ご飯 米 50 g				■鮭ちらし寿司 米 55 g				■焼きそば 焼きそば 1/2玉							
■赤魚の煮付け 赤魚 1/2切				豚肉 20 g				■鶏肉とじゃが芋のケチャップ煮 鶏肉 20 g				■クリームシチュー 鶏肉 20 g				酢 2 g				豚肉 20 g							
濃口しょうゆ 1.3 g				高野豆腐 2 g				じゃが芋 35 g				玉ねぎ 32 g				上白糖 1.8 g				キャベツ 12 g							
上白糖 1.6 g				人参 8 g				玉ねぎ 20 g				じゃが芋 20 g				塩 0.01g				玉ねぎ 10 g							
酒 0.7 g				みつば 1 g				なたね油 1 g				人参 10 g				鮭フレーク 18 g				人参 4 g							
水 12.8 g				鶏卵 20 g				コンソメ 0.6 g				ブロッコリー 8 g				きゅうり 12 g				なたね油 0.2 g							
しょうが 0.1 g				風味だし汁 20 g				ケチャップ 10 g				マッシュルーム 5 g				ごま 0.7 g				焼きそばソース 6 g							
インゲン 10 g				濃口しょうゆ 1 g				ウスターソース 4 g				クリームシチュールー 15 g				■白菜と厚揚げの煮物				お好みソース 6 g							
濃口しょうゆ 0.3 g				みりん 0.5 g				上白糖 2.4 g				コンソメ 0.5 g				白菜 35 g				濃口しょうゆ 0.08g							
上白糖 0.15g				上白糖 0.5 g				グリーンピース 2 g				牛乳 16 g				厚揚げ 10 g				塩 0.01g							
■キャベツの和え物				■チンゲン菜のポン酢和え				■大根サラダ				水 34 g				人参 5 g				青のり 0.1 g							
キャベツ 30 g				チンゲン菜 35 g				大根 25 g				■ほうれん草のマヨ和え				うす口しょうゆ 1 g				■わかめの味噌汁							
ちくわ 4 g				人参 5 g				人参 5 g				ほうれん草 32 g				上白糖 1 g				わかめ 0.6 g							
濃口しょうゆ 0.5 g				ポン酢 1 g				きゅうり 5 g				人参 5 g				みりん 1 g				玉ねぎ 10 g							
上白糖 0.25g				上白糖 0.2 g				和風ドレッシング 3 g				エッグケア 3 g				■手毬麩のすまし汁				ねぎ 1 g							
■大根の味噌汁				■玉ねぎの味噌汁				■コンソメスープ				■みかん缶				手まり麩 0.5 g				味噌 4 g							
大根 8 g				玉ねぎ 12 g				玉ねぎ 8 g				みかん缶 30 g				玉ねぎ 7.6 g				■黄桃							
人参 5 g				人参 4 g				人参 5 g								みつば 0.95g				黄桃缶 30 g							
ねぎ 1 g				味噌 4 g				コンソメ 1 g								うす口しょうゆ 0.8 g											
味噌 3 g								うす口しょうゆ 0.5 g								塩 0.01g											
塩 0.01g																											
3時				3時				3時				3時				3時				3時							
■お茶 ほうじ茶 100 g				■牛乳 牛乳 100 g				■牛乳 牛乳 100 g				■お茶 ほうじ茶 100 g				■牛乳 牛乳 100 g				■牛乳 牛乳 100 g							
■ももヨーグルト				■ジャムサンド				■甜食				■お好み焼き				■マカロニきな粉				■源氏パイ							
ヨーグルト 40 g				食パン 1/2枚				小麦粉 11 g				キャベツ 20 g				マカロニ 9 g				源氏パイ 1枚							
上白糖 5 g				いちごジャム 10 g				ベーキングパウダー 0.3 g				天かす 1 g				きな粉 2.5 g				■ハッピーターン							
コーンフレーク 3 g								炭酸ナトリウム 0.2 g				人参 3.6 g				上白糖 2.5 g				ハッピーターン 1個							
黄桃缶 15 g								有塩バター 2.2 g				豚ミンチ 6 g															
■星たべよ								上白糖 5 g				小麦粉 7.8 g															
星たべよ 1枚								鶏卵 5 g				鶏卵 5 g															
								牛乳 2.4 g				風味だし汁 5 g															
												お好みソース 1.5 g															
												かつお節 0.2 g															
												青のり 0.1 g															

<献立予定(実施)表>

現場：美木多いっちゃん保育園

献立種類：乳児

年月日：2025年11月17日（月）～2025年11月23日（日）

11月17日（月）				11月18日（火）				11月19日（水）				11月20日（木）				11月21日（金）				11月22日（土）				11月23日（日）			
E	442 kcal	蛋白	19.4 g	E	582 kcal	蛋白	19.0 g	E	494 kcal	蛋白	19.0 g	E	556 kcal	蛋白	20.4 g	E	569 kcal	蛋白	21.8 g	E	453 kcal	蛋白	15.7 g				
脂質	13.1 g	食繊	3.0 g	脂質	22.0 g	食繊	2.3 g	脂質	14.9 g	食繊	3.5 g	脂質	19.9 g	食繊	2.8 g	脂質	22.7 g	食繊	3.2 g	脂質	11.8 g	食繊	2.9 g				
炭水	67.2 g	食塩	1.5 g	炭水	79.6 g	食塩	0.6 g	炭水	75.7 g	食塩	1.1 g	炭水	76.1 g	食塩	2.1 g	炭水	71.0 g	食塩	1.3 g	炭水	75.2 g	食塩	1.2 g				
朝食				朝食				朝食				朝食				朝食				朝食				朝食			
■牛乳 牛乳 100 g				■牛乳 牛乳 100 g				■牛乳 牛乳 100 g				■牛乳 牛乳 100 g				■牛乳 牛乳 100 g				■牛乳 牛乳 100 g							
■たべっこベビー たべっこベビー 5 g				■サッポロポテト 1才サッポロポテト 3 g				■バナナ バナナ 1/3本				■ビスコ ビスコ 1枚				■サラダせん サラダせん 1枚				■ぼたぼた焼き ぼたぼた焼 1枚							
昼食				昼食				昼食				昼食				昼食				昼食				昼食			
■ご飯 米 50 g				■ご飯 米 50 g				■ご飯 米 50 g				■ハヤシライス 米 50 g				■ご飯 米 50 g				■中華丼 米 50 g							
■白身魚のバター醤油焼き ホキ 1/2切				■豚肉の生姜炒め 豚肉 35 g				■厚揚げと大根の煮物 厚揚げ 20 g				■マッシュルーム マッシュルーム 4 g				■チキンカツ チキンカツ 2/3個				■豚肉 豚肉 20 g							
酒 0.6 g				玉ねぎ 15 g				豚肉 25 g				玉ねぎ 30 g				植物油 3.5 g				玉ねぎ 20 g							
濃口しょうゆ 1.6 g				キャベツ 30 g				大根 25 g				人参 10 g				ケチャップ 2 g				人参 30 g							
みりん 0.6 g				人参 4 g				玉ねぎ 15 g				なたね油 1.4 g				とんかつソース 2 g				椎茸 6 g							
無塩バター 2 g				濃口しょうゆ 1 g				人参 10 g				水 50 g				キャベツ 12 g				なたね油 0.2 g							
ほうれん草 15 g				上白糖 0.5 g				うす口しょうゆ 1 g				コンソメ 0.26g				塩 0.01g				チキンスープ 1 g							
濃口しょうゆ 0.3 g				みりん 1 g				上白糖 1 g				ケチャップ 2 g				■カリフラワーの和え物 カリフラワー 25 g				みりん 2 g							
上白糖 0.15g				しょうが 0.3 g				みりん 1 g				塩 0.01g				人参 5 g				濃口しょうゆ 0.01g							
■ひじき煮 揚げ 2.85g				なたね油 0.2 g				風味だし汁 17 g				ビーフシチュールー 6 g				塩 0.3 g				片栗粉 0.7 g							
■春雨の和え物 春雨 4 g				■キャベツのごま和え キャベツ 25 g				■えのきの味噌汁 えのき 5 g				ハヤシフレーク 6 g				■コンソメスープ じゃが芋 10 g				■かぼちゃの味噌汁 かぼちゃ 18 g							
ひじき 2.2 g				きゅうり 5 g				人参 5 g				■ブロッコリーのサラダ ブロッコリー 22 g				玉ねぎ 10 g				玉ねぎ 1 g							
グリンピース 2.85g				コーン 4 g				ごま 0.9 g				人参 5 g				人参 5 g				味噌 4 g							
人参 2.85g				うす口しょうゆ 0.4 g				濃口しょうゆ 0.5 g				ツナ 5 g				パセリ 0.01g				■パイン缶 パイン缶 30 g							
うす口しょうゆ 0.5 g				酢 0.3 g				上白糖 0.31g				エッグケア 3 g				コンソメ 0.8 g											
上白糖 0.5 g				ごま油 0.2 g				■えのきの味噌汁 えのき 5 g				■オレンジ オレンジ 1/6玉				塩 0.01g											
みりん 0.5 g				塩 0.01g				玉ねぎ 10 g																			
風味だし汁 8 g				■玉ねぎのすまし汁 うす口しょうゆ 0.5 g				ねぎ 1 g																			
■麩の味噌汁 おつゆ麩 1 g				塩 0.01g				味噌 4.5 g																			
玉ねぎ 12 g				玉ねぎ 14 g																							
ねぎ 1 g				みつば 1 g																							
味噌 4.5 g				人参 5 g																							
3時				3時				3時				3時				3時				3時				3時			
■牛乳 牛乳 100 g				■牛乳 牛乳 100 g				■牛乳 牛乳 100 g				■牛乳 牛乳 100 g				■牛乳 牛乳 100 g				■牛乳 牛乳 100 g							
■りんご寒天 寒天 0.4 g				■クッキー 小麦粉 16 g				■スイートポテト さつま芋 30 g				■スティックケーキ ホットケーキミックス 10 g				■抹茶ふのラスク おつゆ麩 8 g				■味しらべ 味しらべ 1枚							
水 12 g				上白糖 5.5 g				マーガリン 1.6 g				鶏卵 2 g				マーガリン 4 g				■ラムネ ラムネ 1個							
アップルジュース 40 g				牛乳 0.7 g				牛乳 4 g				牛乳 7.5 g				グリーンティ 0.01g											
上白糖 2.4 g				マーガリン 12 g				上白糖 3 g				チーズ 5 g															
■味しらべ 味しらべ 1枚												上白糖 2.5 g															

＜献立予定(実施)表＞

現場：美木多いっちゃん保育園

献立種類：乳児

年月日：2025年11月24日（月）～2025年11月30日（日）

11月24日（月）				11月25日（火）				11月26日（水）				11月27日（木）				11月28日（金）				11月29日（土）				11月30日（日）			
E	kcal	蛋白	g	E	493 kcal	蛋白	19.7 g	E	536 kcal	蛋白	19.8 g	E	391 kcal	蛋白	16.6 g	E	544 kcal	蛋白	20.8 g	E	523 kcal	蛋白	16.9 g				
脂質	g	食繊	g	脂質	13.0 g	食繊	2.1 g	脂質	19.9 g	食繊	2.7 g	脂質	6.8 g	食繊	2.0 g	脂質	20.1 g	食繊	2.5 g	脂質	15.9 g	食繊	3.1 g				
炭水	g	食塩	g	炭水	78.3 g	食塩	1.3 g	炭水	71.2 g	食塩	1.2 g	炭水	67.3 g	食塩	2.6 g	炭水	72.2 g	食塩	1.8 g	炭水	81.3 g	食塩	1.0 g				
朝食				朝食				朝食				朝食				朝食				朝食				朝食			
				■牛乳 牛乳 100 g ■マリー マリービスケット 1枚				■牛乳 牛乳 100 g ■ビスコ ビスコ 1枚				■牛乳 牛乳 100 g ■バナナ バナナ 1/3本				■牛乳 牛乳 100 g ■サラダせん サラダせん 1枚				■牛乳 牛乳 100 g ■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			
■振替休日				■ご飯 米 50 g ■白身魚の野菜あんかけ ホキ 1/2切 なたね油 0.2 g チンゲン菜 15 g 玉ねぎ 10 g 人参 3 g うす口しょうゆ 0.8 g みりん 0.5 g 酢 0.8 g 風味だし汁 25 g 片栗粉 0.3 g ■キャベツのゆかり和え キャベツ 25 g 人参 5 g しその香 0.6 g うす口しょうゆ 0.3 g ■さつま芋の味噌汁 さつま芋 10 g 玉ねぎ 8 g ねぎ 1 g 味噌 3 g				■☆お誕生日会☆ ■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 ■ポパイサラダ ほうれん草 33 g コーン 3 g 人参 5 g ごまだれ 5 g ■コンソメスープ コンソメ 0.8 g うす口しょうゆ 0.4 g 塩 0.01g 人参 5 g 玉ねぎ 10 g パセリ 1 g				■しょうゆラーメン 中華そば 1/2玉 豚肉 20 g もやし 20 g 人参 5 g チンゲン菜 12 g しょうゆラーメンスープの素 8 g 水 130 g チキンスープ 1 g ごま油 0.3 g ■大根のさっぱり和え 大根 30 g わかめ 0.4 g 人参 5 g ポン酢 3 g 上白糖 0.5 g ■みかん みかん 1/2個				■スタミナ丼 米 50 g 豚ミンチ 30 g 人参 10 g 玉ねぎ 15 g もやし 10 g しょうが 0.3 g ねぎ 1.5 g 酒 1.5 g みりん 0.9 g 濃口しょうゆ 2 g 味噌 4 g ■チンゲン菜のマヨ和え チンゲン菜 23.75g 人参 3.8 g 風味だし汁 12.35g 濃口しょうゆ 1.24g エッグケア 5 g ごま 0.1 g ■すまし汁 湯葉 0.8 g 絹ごし豆腐 5 g うす口しょうゆ 0.5 g 塩 0.1 g				■ピラフ 米 60 g 鶏肉 25 g 玉ねぎ 15 g ミックスベジタブル 15 g 塩 0.01g コンソメ 0.8 g なたね油 0.2 g ■具だくさんスープ じゃが芋 16 g 玉ねぎ 8 g 人参 3.6 g コンソメ 0.8 g うす口しょうゆ 0.2 g 塩 0.01g ■黄桃缶 黄桃缶 30 g							
3時				3時 ■牛乳 牛乳 100 g ■マフィン マーガリン 3 g 上白糖 6 g 鶏卵 5.2 g 小麦粉 13.5 g ベーキングパウダー 0.5 g 水 4.5 g				3時 ■牛乳 牛乳 100 g ■プリン プリンミックス 12.9 g 水 55 g ■ウエハース マンナウエハース 1枚				3時 ■お茶 ほうじ茶 100 g ■じゃこおかおにぎり 米 40 g 粉かつお 1 g ちりめんじゃこ 3 g 濃口しょうゆ 0.4 g				3時 ■牛乳 牛乳 100 g ■きな粉蒸しパン ホットケーキミックス 16 g 上白糖 1 g きな粉 4 g 牛乳 16 g				3時 ■牛乳 牛乳 100 g ■ぼたぼた焼き ぼたぼた焼 1枚 ■源氏パイ 源氏パイ 1枚				3時			

<栄養月報>

現場：美木多いっちゃん保育園
年月日：2025年11月1日（土）～2025年11月30日（日）
献立種類: 幼児

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	レチノール活性	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	967.50	56.91	42.0	194	3.5	0.5	1	3	50	0.5	0	0.05	0.01	0	0.3	0.0	
	パン類	37.00	2.18	12.0	6	0.2	0.1	10	0	2	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
	めん類	197.92	11.64	16.0	16	0.5	0.1	7	0	1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
	その他の穀類	159.12	9.36	8.5	33	0.9	0.4	30	4	15	0.1	0	0.01	0.00	0	0.2	0.1	
いも類	芋類	175.97	10.35	15.0	7	0.2	0.0	0	1	41	0.0	0	0.01	0.00	3	0.6	0.0	
	いも類加工品	11.07	0.65	2.0	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		74.19	4.36	5.5	15	0.0	0.0	0	0	1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
豆類	大豆製品	63.38	3.73	7.5	8	0.6	0.6	1	10	5	0.1	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
	大豆、その他の豆類	8.13	0.48	3.0	2	0.2	0.1	0	1	10	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0	
種実類		2.52	0.15	1.0	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	617.20	36.31	30.0	9	0.6	0.0	17	28	96	0.3	173	0.02	0.03	7	1.0	0.0	
	その他の野菜類	816.81	48.05	45.0	14	0.6	0.0	3	13	86	0.1	1	0.02	0.01	8	0.9	0.0	
	野菜漬物	0.00	0.00	-	0	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	93.60	5.51	20.0	3	0.0	0.0	0	1	8	0.0	3	0.01	0.00	2	0.0	0.0	
	果実加工品	222.50	13.09	4.0	9	0.1	0.0	1	1	13	0.0	1	0.00	0.00	1	0.1	0.0	
きのこ類		23.75	1.40	3.5	0	0.0	0.0	2	0	3	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
藻類	藻類	4.88	0.29	0.5	1	0.0	0.0	7	3	14	0.0	1	0.00	0.00	0	0.1	0.0	
魚介類	魚介類（生）	120.00	7.06	10.0	10	1.3	0.5	8	1	23	0.0	3	0.00	0.01	0	0.0	0.0	
	干物、塩蔵、缶詰	34.00	2.00	2.0	4	0.5	0.2	18	1	3	0.0	1	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
肉類	練製品	11.25	0.66	0.5	1	0.1	0.0	6	0	1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
	肉類（生）	411.18	24.19	15.0	45	4.4	2.8	14	1	74	0.2	5	0.09	0.05	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		58.75	3.46	10.0	5	0.4	0.3	7	2	4	0.1	7	0.00	0.01	0	0.0	0.0	
乳類	牛乳	2158.26	126.96	100.0	78	4.2	4.8	52	140	190	0.0	48	0.05	0.19	2	0.0	0.2	
	乳製品	56.25	3.31	20.0	3	0.2	0.2	7	6	6	0.0	1	0.00	0.01	0	0.0	0.0	
油脂類	植物性	63.41	3.73	2.0	27	0.0	3.0	21	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1	
	動物性	16.50	0.97	1.0	7	0.0	0.8	6	0	0	0.0	5	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
調味料類	食塩	0.94	0.06	0.5	0	0.0	0.0	21	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
	醤油	40.23	2.37	3.8	1	0.1	0.0	131	0	7	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.3	
	味噌	30.01	1.77	3.2	3	0.2	0.1	87	2	7	0.1	0	0.00	0.00	0	0.1	0.2	
	その他の調味料	132.59	7.80	7.0	21	0.4	0.9	295	4	15	0.1	1	0.00	0.00	0	0.1	0.7	
	その他	531.74	31.28	30.0	18	0.2	0.6	16	8	10	0.1	0	0.01	0.02	0	0.0	0.0	
その他		696.27	40.96	-	0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
合計					543	19.4	16.1	768	232	686	1.7	250	0.27	0.34	24	3.5	1.6	
基準値					508	21.0	14.2	551	228	560	2.0	200	0.20	0.32	16	3.2	1.4	
充足率					106.89	92.38	113.38	139.38	101.75	122.50	85.00	125.00	135.00	106.25	150.00	109.38	114.29	

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
250 kcal	78 kcal	145 kcal	11.6 g	9.7 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		
$\frac{250}{543} \times 100 =$	46.0 %	$100 - 26.7 - (\frac{19.4 \times 4}{543} \times 100) =$	59.0 %	$\frac{19.4 \times 4}{543} \times 100 =$	14.3 %	$\frac{16.1 \times 9}{543} \times 100 =$	26.7 %	$\frac{11.6}{19.4} \times 100 =$	59.8 %	$\frac{9.7}{16.1} \times 100 =$	60.2 %	232.0	:	330.0 =
												1	:	1.4
P / S 比		S : M : P												
$\frac{2.36}{5.97} =$	0.40	5.97	:	4.53	:	2.36	=							
		3	:	2.3	:	1.2								

<献立予定(実施)表>

現場：美木多いっちゃん保育園

献立種類：幼児

年月日：2025年11月1日（土）～ 2025年11月2日（日）

					11月1日（土）	11月2日（日）
					E 161 kcal 蛋白 5.3 g 脂質 7.8 g 食繊 g 炭水 19.1 g 食塩 0.3 g	
					昼食	昼食
					■お弁当会	
					3時	3時
					■牛乳 牛乳 150 g ■ハッピーターン ハッピーターン 2個 ■ラムネ ラムネ 2個	

<献立予定(実施)表>

現場：美木多いっちゃん保育園

献立種類：幼児

年月日：2025年11月3日（月）～2025年11月9日（日）

11月3日（月）			11月4日（火）			11月5日（水）			11月6日（木）			11月7日（金）			11月8日（土）			11月9日（日）
E	kcal	蛋白	E	645 kcal	蛋白	E	468 kcal	蛋白	E	745 kcal	蛋白	E	364 kcal	蛋白	E	537 kcal	蛋白	
脂質	g	食繊	脂質	20.3 g	食繊	脂質	12.2 g	食繊	脂質	27.2 g	食繊	脂質	13.8 g	食繊	脂質	12.0 g	食繊	
炭水	g	食塩	炭水	104.2 g	食塩	炭水	71.9 g	食塩	炭水	105.3 g	食塩	炭水	50.6 g	食塩	炭水	97.0 g	食塩	
昼食			昼食			昼食			昼食			昼食			昼食			昼食
■文化の日			■ご飯 米 60 g ■牛肉コロッケ 牛肉コロッケ 1個 植物油 4.38g ケチャップ 6.25g ブロッコリー 12.5 g 塩 0.01g ■ごぼうサラダ ごぼう 31.25g コーン 3.75g 人参 6.25g エッグケア 3.75g ■オニオンスープ コンソメ 1.38g うす口しょうゆ 0.63g 塩 0.01g 玉ねぎ 17.5 g 人参 6.25g パセリ 1.25g			■ご飯 米 60 g ■さばの生姜煮 さば 1/2切 酒 1.25g しょうが 0.14g 濃口しょうゆ 1.25g みりん 1.25g 風味だし汁 5 g インゲン 12.5 g 濃口しょうゆ 0.38g 上白糖 0.19g ■ほうれん草の和え物 ほうれん草 37.5 g 人参 6.25g 濃口しょうゆ 1 g 上白糖 0.38g ■揚げの味噌汁 揚げ 2.25g 玉ねぎ 10 g ねぎ 1.25g 味噌 5 g			■ポークカレー 米 68.75g 豚肉 37.5 g じゃが芋 19 g 玉ねぎ 35.63g 人参 5.94g カレールー 19 g なたね油 0.25g 水 59.38g ■小松菜のサラダ 小松菜 41.25g 人参 6.25g ひじき 1 g ごまだれ 3.75g ■黄桃 黄桃缶 37.5 g			■きつねうどん うどん 1/2玉 揚げ 10 g 濃口しょうゆ 0.63g 上白糖 0.31g かまぼこ 6.25g 人参 6.25g しめじ 6.25g ねぎ 1.25g 濃口しょうゆ 4.06g みりん 0.63g 風味だし汁 153.75g ■ブロッコリーのごま和え ブロッコリー 27.5 g 人参 4 g ごま 0.38g うす口しょうゆ 1.38g 上白糖 1.5 g ■パイン缶 パイン缶 37.5 g			■チャーハン 米 68.75g ウインナー 18.75g 人参 7 g 玉ねぎ 7 g ねぎ 1.88g コーン 6.25g チキンスープ 0.63g 濃口しょうゆ 0.75g 塩 0.01g ごま油 0.25g ■さつまいもの味噌汁 さつま芋 22.5 g 玉ねぎ 15 g ねぎ 1.25g 味噌 5 g ■青りんごゼリー 青りんごゼリー 1個			
3時			3時 ■牛乳 牛乳 150 g ■マシュマロサンド 全粒粉カッパ 6枚 マシュマロ 3個			3時 ■牛乳 牛乳 150 g ■杏仁豆腐 パイン缶 20 g 黄桃缶 21.25g 杏仁豆腐 17.5 g			3時 ■牛乳 牛乳 150 g ■マーマレードケーキ ホットケーキミックス 18.75g 鶏卵 6.25g 有塩バター 11.25g マーマレード 6.25g			3時 ■牛乳 牛乳 150 g ■ポップコーン ポップコーン 6.25g なたね油 2.5 g 塩 0.13g			3時 ■牛乳 牛乳 150 g ■味しらべ 味しらべ 2枚 ■ビスコ ビスコ 2枚			3時

<献立予定(実施)表>

現場：美木多いっちゃん保育園

献立種類：幼児

年月日：2025年11月10日（月）～2025年11月16日（日）

11月10日（月）			11月11日（火）			11月12日（水）			11月13日（木）			11月14日（金）			11月15日（土）			11月16日（日）		
E	433 kcal	蛋白 15.3 g	E	571 kcal	蛋白 23.7 g	E	558 kcal	蛋白 17.0 g	E	522 kcal	蛋白 16.8 g	E	516 kcal	蛋白 20.2 g	E	495 kcal	蛋白 17.0 g			
脂質	8.2 g	食繊 2.2 g	脂質	14.0 g	食繊 3.6 g	脂質	14.7 g	食繊 6.4 g	脂質	13.0 g	食繊 6.6 g	脂質	12.4 g	食繊 2.5 g	脂質	17.5 g	食繊 2.0 g			
炭水	75.1 g	食塩 1.3 g	炭水	90.3 g	食塩 1.6 g	炭水	93.8 g	食塩 2.3 g	炭水	87.1 g	食塩 2.7 g	炭水	83.4 g	食塩 1.2 g	炭水	70.0 g	食塩 2.2 g			
昼食			昼食			昼食			昼食			昼食			昼食			昼食		
■ご飯			■豚肉と高野の卵とじ丼			■ご飯			■ご飯			■鮭ちらし寿司			■焼きそば					
米		60 g	米		60 g	米		60 g	米		60 g	米		68.75g	焼きそば		2/3玉			
■赤魚の煮付け			豚肉		25 g	■鶏肉とじゃが芋のケチャップ煮			■クリームシチュー			酢		2.5 g	豚肉		25 g			
赤魚		1/2切	高野豆腐		2.5 g	鶏肉		25 g	鶏肉		25 g	上白糖		2.25g	キャベツ		15 g			
濃口しょうゆ		1.63g	玉ねぎ		37.5 g	じゃが芋		43.75g	玉ねぎ		40 g	塩		0.01g	玉ねぎ		12.5 g			
上白糖		2 g	人参		10 g	人参		25 g	じゃが芋		25 g	鮭フレーク		22.5 g	人参		5 g			
酒		0.88g	みつば		1.25g	なたね油		1.25g	人参		12.5 g	きゅうり		15 g	なたね油		0.25g			
水		16 g	鶏卵		25 g	コンソメ		0.75g	ブロッコリー		10 g	ごま		0.88g	焼きそばソース		7.5 g			
しょうが		0.13g	風味だし汁		25 g	ケチャップ		12.5 g	マッシュルーム		6.25g	錦糸玉子		12.5 g	お好みソース		7.5 g			
インゲン		12.5 g	濃口しょうゆ		1.25g	ウスターソース		5 g	クリームシチュールー		18.75g	■白菜と厚揚げの煮物			濃口しょうゆ		0.1 g			
濃口しょうゆ		0.38g	みりん		0.63g	上白糖		3 g	コンソメ		0.63g	白菜		43.75g	塩		0.01g			
上白糖		0.19g	上白糖		0.63g	グリーンピース		2.5 g	牛乳		20 g	厚揚げ		12.5 g	粉かつお		0.63g			
■キャベツの和え物			■チンゲン菜のボン酢和え			■大根サラダ			水		42.5 g	人参		6.25g	青のり		0.13g			
キャベツ		37.5 g	チンゲン菜		43.75g	大根		31.25g	■ほうれん草のおかか和え			うす口しょうゆ		1.25g	■わかめの味噌汁					
ちくわ		5 g	人参		6.25g	人参		6.25g	ほうれん草		40 g	上白糖		1.25g	わかめ		0.75g			
濃口しょうゆ		0.63g	ボン酢		1.25g	きゅうり		6.25g	人参		6.25g	みりん		1.25g	玉ねぎ		12.5 g			
上白糖		0.31g	上白糖		0.25g	和風ドレッシング		3.75g	エッグケア		3.75g	■手毬麩のすまし汁			ねぎ		1.25g			
■大根の味噌汁			■玉ねぎの味噌汁			■コンソメスープ			■みかん缶			手まり麩		0.63g	味噌		5 g			
大根		10 g	玉ねぎ		15 g	玉ねぎ		10 g	みかん缶		37.5 g	玉ねぎ		9.5 g	■黄桃					
人参		6.25g	人参		5 g	人参		6.25g				みつば		1.19g	黄桃缶		37.5 g			
ねぎ		1.25g	ねぎ		1.25g	コンソメ		1.25g				うす口しょうゆ		1 g						
味噌		3.75g	味噌		5 g	うす口しょうゆ		0.63g				塩		0.01g						
						塩		0.01g												
3時			3時			3時			3時			3時			3時			3時		
■お茶			■牛乳			■牛乳			■お茶			■牛乳			■牛乳					
ほうじ茶		150 g	牛乳		150 g	牛乳		150 g	ほうじ茶		150 g	牛乳		150 g	牛乳		150 g			
■ももヨーグルト			■ジャムサンド			■甘食			■お好み焼き			■マカロニきな粉			■源氏パイ					
ヨーグルト		50 g	食パン		1枚	小麦粉		13.75g	キャベツ		25 g	マカロニ		11.25g	源氏パイ		2枚			
上白糖		6.25g	いちごジャム		12.5 g	ベーキングパウダー		0.38g	天かす		1.25g	きな粉		3.13g	■ハッピーターン					
コーンフレーク		3.75g				炭酸ナトリウム		0.25g	人参		4.5 g	上白糖		3.13g						
黄桃缶		18.75g				有塩バター		2.75g	豚ミンチ		7.5 g									
■星たべよ						上白糖		6.25g	小麦粉		9.75g									
星たべよ		2枚				鶏卵		6.25g	鶏卵		6.25g									
						牛乳		3 g	風味だし汁		6.25g									
									お好みソース		1.88g									
									かつお節		0.25g									
									青のり		0.13g									

＜献立予定(実施)表＞

現場 : 美木多いっちゃん保育園

献立種類：幼児

年月日：2025年11月17日（月）～2025年11月23日（日）

11月17日（月）				11月18日（火）				11月19日（水）				11月20日（木）				11月21日（金）				11月22日（土）				11月23日（日）	
E	474 kcal	蛋白	19.2 g	E	642 kcal	蛋白	20.3 g	E	524 kcal	蛋白	20.2 g	E	601 kcal	蛋白	22.2 g	E	637 kcal	蛋白	25.3 g	E	501 kcal	蛋白	16.4 g		
脂質	12.2 g	食繊	3.6 g	脂質	23.6 g	食繊	2.9 g	脂質	14.5 g	食繊	4.0 g	脂質	19.9 g	食繊	3.5 g	脂質	24.4 g	食繊	4.2 g	脂質	10.8 g	食繊	3.3 g		
炭水	76.4 g	食塩	2.0 g	炭水	89.5 g	食塩	0.8 g	炭水	82.1 g	食塩	1.2 g	炭水	86.2 g	食塩	2.5 g	炭水	80.3 g	食塩	1.6 g	炭水	87.6 g	食塩	1.5 g		
昼食				昼食				昼食				昼食				昼食				昼食				昼食	
■ご飯				■ご飯				■ご飯				■ハヤシライス				■ご飯				■中華丼					
米 60 g				米 60 g				米 60 g				米 60 g				米 60 g				米 60 g					
■白身魚のバター醤油焼き				■豚肉の生姜炒め				■厚揚げと大根の煮物								■チキンカツ				■チキンカツ					
ホキ 1/2切				豚肉 43.75g				厚揚げ 25 g				牛肉 31.25g				チキンカツ 1個				豚肉 25 g					
酒 0.75g				玉ねぎ 18.75g				豚肉 31.25g				マッシュルーム 5 g				植物油 4.38g				玉ねぎ 25 g					
濃口しょうゆ 2 g				キャベツ 37.5 g				大根 31.25g				玉ねぎ 37.5 g				ケチャップ 2.5 g				人参 7.5 g					
みりん 0.75g				人参 5 g				玉ねぎ 18.75g				人参 12.5 g				ケチャップ 2.5 g				白菜 37.5 g					
無塩バター 2.5 g				濃口しょうゆ 1.25g				人参 12.5 g				なたね油 1.75g				とんかつソース 2.5 g				椎茸 7.5 g					
ほうれん草 18.75g				上白糖 0.63g				うす口しょうゆ 1.25g				水 62.5 g				キャベツ 15 g				なたね油 0.25g					
濃口しょうゆ 0.38g				みりん 1.25g				上白糖 1.25g				コンソメ 0.33g				塩 0.01g				チキンスープ 1.25g					
上白糖 0.19g				しょうが 0.38g				みりん 1.25g				ケチャップ 2.5 g				■カリフラワーの和え物				みりん 2.5 g					
■ひじき煮				なたね油 0.25g				風味だし汁 21.25g				塩 0.01g				カリフラワー 31.25g				濃口しょうゆ 0.01g					
揚げ 3.56g				■春雨の和え物				■キャベツのごま和え				ピーシチュールー 7.5 g				人参 6.25g				塩 0.01g					
ひじき 2.75g				春雨 5 g				キャベツ 31.25g				ハヤシフレーク 7.5 g				濃口しょうゆ 1 g				片栗粉 0.88g					
グリーンピース 3.56g				きゅうり 6.25g				人参 6.25g				■ブロッコリーのサラダ				■コンソメスープ				■かぼちゃの味噌汁					
人参 3.56g				コーン 5 g				ごま 1.13g				ブロッコリー 27.5 g				じゃが芋 12.5 g				かぼちゃ 22.5 g					
うす口しょうゆ 0.63g				うす口しょうゆ 0.5 g				濃口しょうゆ 0.63g				人参 6.25g				玉ねぎ 12.5 g				玉ねぎ 15 g					
上白糖 0.63g				酢 0.38g				上白糖 0.39g				ツナ 6.25g				人参 6.25g				ねぎ 1.25g					
みりん 0.63g				ごま油 0.25g				■えのきの味噌汁				エッグケア 3.75g				パセリ 0.01g				味噌 5 g					
風味だし汁 10 g				塩 0.01g				えのき 6.25g				■オレンジ				コンソメ 1 g				■バイン缶					
■麴の味噌汁				■玉ねぎのすまし汁				玉ねぎ 12.5 g				オレンジ 2/6玉				塩 0.01g				バイン缶 37.5 g					
おつゆ麴 1.25g				うす口しょうゆ 0.63g				ねぎ 1.25g																	
玉ねぎ 15 g				塩 0.01g				味噌 5.63g																	
ねぎ 1.25g				玉ねぎ 17.5 g																					
味噌 5.63g				みつば 1.25g																					
				人参 6.25g																					
3時				3時				3時				3時				3時				3時				3時	
■牛乳				■牛乳				■牛乳				■牛乳				■牛乳				■牛乳					
牛乳 150 g				牛乳 150 g				牛乳 150 g				牛乳 150 g				牛乳 150 g				牛乳 150 g					
■りんご寒天				■クッキー				■スイートポテト				■スティックケーキ				■抹茶ふのラスク				■味しらべ					
寒天 0.5 g				小麦粉 20 g				さつま芋 37.5 g				ホットケーキミックス 12.5 g				おつゆ麴 10 g				味しらべ 2枚					
水 15 g				上白糖 6.88g				マーガリン 2 g				鶏卵 2.5 g				マーガリン 5 g				■ラムネ					
アップルジュース 50 g				牛乳 0.88g				牛乳 5 g				牛乳 9.38g				グリーンティ 0.01g				ラムネ 2個					
上白糖 3 g				マーガリン 15 g				上白糖 3.75g				チーズ 6.25g													
■味しらべ												上白糖 3.13g													
味しらべ 2枚																									

<献立予定(実施)表>

現場：美木多いっちゃん保育園

献立種類：幼児

年月日：2025年11月24日（月）～2025年11月30日（日）

11月24日（月）				11月25日（火）				11月26日（水）				11月27日（木）				11月28日（金）				11月29日（土）				11月30日（日）			
E	kcal	蛋白	g	E	513 kcal	蛋白	19.4 g	E	598 kcal	蛋白	22.7 g	E	405 kcal	蛋白	16.7 g	E	579 kcal	蛋白	22.1 g	E	613 kcal	蛋白	18.0 g				
脂質	g	食繊	g	脂質	11.5 g	食繊	2.8 g	脂質	21.6 g	食繊	3.5 g	脂質	3.8 g	食繊	2.5 g	脂質	19.6 g	食繊	3.3 g	脂質	17.1 g	食繊	4.0 g				
炭水	g	食塩	g	炭水	87.0 g	食塩	1.7 g	炭水	79.8 g	食塩	1.9 g	炭水	77.3 g	食塩	3.1 g	炭水	79.5 g	食塩	2.0 g	炭水	99.6 g	食塩	1.2 g				
昼食				昼食				昼食				昼食				昼食				昼食				昼食			
■振替休日				■ご飯 米 62.5 g ■白身魚の野菜あんかけ ホキ 1/2切 なたね油 0.25g チンゲン菜 18.75g 玉ねぎ 12.5 g 人参 3.75g うす口しょうゆ 1 g みりん 0.63g 酢 1 g 風味だし汁 31.25g 片栗粉 0.38g ■キャベツのゆかり和え キャベツ 31.25g 人参 6.25g しその香 0.75g うす口しょうゆ 0.38g ■さつま芋の味噌汁 さつま芋 12.5 g 玉ねぎ 10 g ねぎ 1.25g 味噌 3.75g				■☆お誕生日会☆ ■ご飯 米 60 g ■鶏の唐揚げ 鶏肉 3枚 しょうが 0.13g 濃口しょうゆ 2 g みりん 1 g 片栗粉 2.5 g 植物油 3.13g インゲン 12.5 g 濃口しょうゆ 0.38g 上白糖 0.19g ■ポパイサラダ ほうれん草 41.25g コーン 3.75g 人参 6.25g ごまだれ 6.25g ■コンソメスープ コンソメ 1 g うす口しょうゆ 0.5 g 塩 0.01g 人参 6.25g 玉ねぎ 12.5 g パセリ 1.25g				■しょうゆラーメン 中華そば 2/3玉 豚肉 25 g もやし 25 g 人参 6.25g チンゲン菜 15 g しょうゆラーメンスープの素 10 g 水 162.5 g チキンスープ 1.25g ごま油 0.38g ■大根のさっぱり和え 大根 37.5 g わかめ 0.5 g 人参 6.25g ポン酢 3.75g 上白糖 0.63g ■みかん みかん 1個				■スタミナ丼 米 60 g 豚ミンチ 37.5 g 人参 12.5 g 玉ねぎ 18.75g もやし 12.5 g しょうが 0.38g ねぎ 1.88g 酒 1.88g みりん 1.13g 濃口しょうゆ 2.5 g 味噌 5 g ■チンゲン菜のマヨ和え チンゲン菜 29.69g 人参 4.75g 風味だし汁 15.44g 濃口しょうゆ 1.55g エッグケア 6.25g ごま 0.13g ■すまし汁 湯葉 1 g 絹ごし豆腐 6.25g うす口しょうゆ 0.63g 塩 0.13g				■ピラフ 米 75 g 鶏肉 31.25g 玉ねぎ 18.75g ミックスベジタブル 18.75g 塩 0.01g コンソメ 1 g なたね油 0.25g ■具だくさんスープ じゃが芋 20 g 玉ねぎ 10 g 人参 4.5 g コンソメ 1 g うす口しょうゆ 0.25g 塩 0.01g ■黄桃缶 黄桃缶 37.5 g							
3時				3時 ■牛乳 牛乳 150 g ■マフィン マーガリン 3.75g 上白糖 7.5 g 鶏卵 6.5 g 小麦粉 16.88g ベーキングパウダー 0.63g 水 5.63g				3時 ■牛乳 牛乳 150 g ■プリン プリンミックス 16.13g 水 68.75g ■ウエハース マンナウエハース 2枚				3時 ■お茶 ほうじ茶 150 g ■じゃこおかかおにぎり 米 50 g 粉かつお 1.25g ちりめんじゃこ 3.75g 濃口しょうゆ 0.5 g				3時 ■牛乳 牛乳 150 g ■きな粉蒸しパン ホットケーキミックス 20 g 上白糖 1.25g きな粉 5 g 牛乳 20 g				3時 ■牛乳 牛乳 150 g ■ぼたぼた焼き ぼたぼた焼 2枚 ■源氏パイ 源氏パイ 2枚				3時			