

〈榮養月報〉

現場 : 美木多いっちゃん保育園

年月日 : 2026年2月1日 (日) ~ 2026年2月28日 (土)

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	レチノル活性	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	800.00	44.44	34.0	152	2.8	0.4	1	3	40	0.4	0	0.04	0.01	0	0.3	0.0	
	パン類	40.00	2.22	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	123.97	6.89	12.0	16	0.5	0.1	3	1	6	0.0	0	0.01	0.00	0	0.1	0.0	
	その他の穀類	96.80	5.38	6.5	20	0.5	0.2	24	3	10	0.1	0	0.01	0.00	0	0.1	0.0	
いも類	芋類	115.53	6.42	12.0	7	0.1	0.0	1	2	30	0.0	0	0.01	0.00	2	0.3	0.0	
	いも類加工品	7.40	0.41	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		77.51	4.31	4.5	16	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	87.80	4.88	6.0	5	0.3	0.3	0	5	8	0.1	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		2.60	0.14	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	536.00	29.78	25.0	9	0.4	0.0	9	20	77	0.2	126	0.01	0.02	7	0.7	0.0	
	その他の野菜類	682.50	37.92	35.0	11	0.5	0.0	2	11	70	0.1	1	0.01	0.01	7	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	71.64	3.98	20.0	3	0.0	0.0	0	0	14	0.0	0	0.00	0.00	1	0.0	0.0	
	果実加工品	123.00	6.83	3.5	5	0.0	0.0	0	0	7	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
きのこ類		35.50	1.97	3.0	1	0.1	0.0	2	0	6	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0	
藻類	藻類	3.40	0.19	0.5	0	0.0	0.0	9	2	6	0.0	1	0.00	0.00	0	0.1	0.0	
魚介類	魚介類（生）	160.00	8.89	10.0	13	1.7	0.7	10	1	36	0.1	2	0.01	0.03	0	0.0	0.0	
	干物、塩蔵、缶詰	18.60	1.03	2.5	3	0.2	0.2	7	1	3	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
	練製品	19.00	1.06	0.5	1	0.1	0.0	7	0	1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
肉類	肉類（生）	349.00	19.39	13.0	34	3.6	2.0	11	1	60	0.2	4	0.08	0.04	0	0.0	0.0	
	肉加工品	15.00	0.83	1.5	2	0.1	0.1	6	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
卵類		57.50	3.19	5.5	5	0.4	0.3	6	1	4	0.1	6	0.00	0.01	0	0.0	0.0	
乳類	牛乳	3422.16	190.12	160.0	116	6.3	7.2	78	209	285	0.0	72	0.08	0.29	2	0.0	0.2	
	乳製品	50.00	2.78	20.0	3	0.2	0.2	5	5	5	0.0	1	0.00	0.01	0	0.0	0.0	
油脂類	植物性	56.95	3.16	1.5	23	0.0	2.4	21	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1	
	動物性	6.80	0.38	0.5	3	0.0	0.3	1	0	0	0.0	3	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
調味料類	食塩	0.38	0.02	0.2	0	0.0	0.0	8	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
	醤油	37.50	2.08	2.0	1	0.1	0.0	122	0	7	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.3	
	味噌	37.50	2.08	2.0	4	0.3	0.1	103	2	8	0.1	0	0.00	0.00	0	0.1	0.3	
	その他の調味料	73.24	4.07	4.5	10	0.2	0.4	119	3	11	0.0	1	0.00	0.00	0	0.1	0.3	
その他	その他	427.14	23.73	25.0	41	0.7	1.3	52	16	7	0.0	0	0.01	0.01	0	0.0	0.1	
	その他 1	493.64	27.42	-	0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
合計					512	19.3	16.4	617	288	704	1.4	217	0.27	0.43	19	2.6	1.4	
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					111.06	101.05	128.12	111.98	136.49	-	70.00	116.67	135.00	159.26	105.56	-	100.00	

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
195 kcal	77 kcal	148 kcal	12.8 g	10.4 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	
$\frac{195}{512} \times 100 = 38.1 \%$		$100 - 28.8 - (\frac{19.3 \times 4}{512} \times 100) = 56.1 \%$		$\frac{19.3 \times 4}{512} \times 100 = 15.1 \%$		$\frac{16.4 \times 9}{512} \times 100 = 28.8 \%$		$\frac{12.8}{19.3} \times 100 = 66.3 \%$		$\frac{10.4}{16.4} \times 100 = 63.4 \%$		$\frac{288.0}{1} : \frac{348.0}{1.2} =$	
P/S比		S:M:P											
$\frac{1.93}{6.63} = 0.29$		$\begin{matrix} 6.63 & : & 4.30 & : & 1.93 = \\ 3 & : & 1.9 & : & 0.9 \end{matrix}$											

<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：2026年2月2日（月）～2026年2月8日（日）

2月2日（月）				2月3日（火）				2月4日（水）				2月5日（木）				2月6日（金）				2月7日（土）				2月8日（日）				
E	526 kcal	蛋白	15.6 g	E	445 kcal	蛋白	14.9 g	E	536 kcal	蛋白	23.4 g	E	490 kcal	蛋白	19.0 g	E	461 kcal	蛋白	20.2 g	E	178 kcal	蛋白	7.1 g					
脂質	20.0 g	食繊	2.2 g	脂質	10.4 g	食繊	2.9 g	脂質	18.6 g	食繊	2.1 g	脂質	14.0 g	食繊	4.5 g	脂質	12.4 g	食繊	3.3 g	脂質	10.0 g	食繊						
炭水	75.3 g	食塩	1.7 g	炭水	76.7 g	食塩	1.4 g	炭水	71.5 g	食塩	1.7 g	炭水	74.3 g	食塩	2.1 g	炭水	72.1 g	食塩	1.0 g	炭水	17.8 g	食塩	0.4 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					
■たべっこベイベー				■サッポロポテト				■ビスコ				■バナナ				■ソフトサラダ				■味しらべ								
たべっこベイベー			5 g	1才サッポロポテト			3 g	ビスコ			1枚	バナナ			1/3本	ソフトサラダ			1枚	味しらべ			1枚					
昼食				昼食				昼食				昼食				昼食				昼食				昼食				
■ご飯				■散らし寿司				■ご飯				■ロールパン				■ご飯				■お弁当会								
米			50 g	米			50 g	米			50 g	ロールパン			1パック	米			50 g									
■メンチカツ				酢				1.6 g	■さわらの西京焼き				■鶏肉のトマト煮				■豚肉のカレー炒め											
メンチカツ			1個	上白糖			1.5 g	さわら			1/2切	鶏肉			4枚	豚肉			30 g									
植物油			3.5 g	塩			0.01g	酒			1 g	玉ねぎ			20 g	玉ねぎ			30 g									
ケチャップ			2 g	ごま			0.5 g	白味噌			4 g	キャベツ			10 g	キャベツ			30 g									
とんかつソース			2 g	揚げ			1.5 g	みりん			1 g	人参			5 g	三色ピーマン			10 g									
ブロッコリー			10 g	干し椎茸			0.5 g	上白糖			0.5 g	しめじ			6 g	カレールー			0.8 g									
塩			0.01g	人参			3 g	かぼちゃ			10 g	なたね油			0.2 g	コンソメ			0.01g									
■キャベツのサラダ				風味だし汁			100 g	濃口しょうゆ			0.3 g	トマトホール缶			16 g	なたね油			0.2 g									
キャベツ			25 g	濃口しょうゆ			3 g	上白糖			0.15g	ケチャップ			11 g	■ブロッコリーのポン酢和え												
人参			5 g	■チンゲン菜のごまだれ和え			2.5 g	チンゲン菜			35 g	上白糖			1 g	ブロッコリー			22 g									
コーン			3 g	チンゲン菜			10 g	人参			5 g	コンソメ			0.1 g	ツナ			5 g									
エッグケア			5 g	人参			8 g	ごまだれ			4 g	塩			0.01g	人参			5 g									
うす口しょうゆ			0.5 g	ごまだれ			10 g	■大根サラダ				大根			25 g	上白糖			0.2 g									
■しめじの味噌汁				のり			0.1 g	■かき玉汁			鶏卵			12 g	人参			5 g	ポンス			1 g						
しめじ			5 g	■ほうれん草のおかか和え				鶏卵			12 g	人参			5 g	えのきの味噌汁												
玉ねぎ			8 g	ほうれん草			30 g	人参			5 g	きゅうり			5 g	えのき			5 g									
ねぎ			1 g	人参			5 g	みつば			1 g	青じそドレッシング			4 g	人参			5 g									
味噌			4 g	粉かつお			0.3 g	うす口しょうゆ			1.5 g	■コンソメスープ				ねぎ			1 g									
				濃口しょうゆ			0.8 g	塩			0.01g	じゃが芋			12 g	味噌			4 g									
				上白糖			0.3 g					玉ねぎ			5 g													
				■わかめのすまし汁								人参			4 g													
				わかめ			0.4 g					コンソメ			0.8 g													
				玉ねぎ			8 g					うす口しょうゆ			0.5 g													
				うす口しょうゆ			0.8 g					塩			0.01g													
				塩			0.01g																					
3時				3時				3時				3時				3時				3時				3時				
■牛乳				■牛乳				■牛乳				■お茶				■牛乳				■牛乳								
牛乳			100 g	牛乳			100 g	牛乳			100 g	ほうじ茶			100 g	牛乳			100 g	牛乳			100 g					
■りんご寒天				■鬼まんじゅう				■ウィンナーパン				■カルシウムおにぎり				■杏仁豆腐				■ぼたぼた焼き								
寒天			0.4 g	さつま芋			17.6 g	ウィンナー			10 g	米			40 g	パイン缶			16 g	ぼたぼた焼			1枚					
水			12 g	ホットケーキミックス			9.6 g	ホットケーキミックス			15 g	小松菜			10 g	黄桃缶			17 g	■ハッピーターン								
アップルジュース			40 g	上白糖			1.5 g	ヨーグルト			5 g	塩			0.1 g	杏仁豆腐			14 g	ハッピーターン				1個				
上白糖			2.4 g	牛乳			4.96g	牛乳			2.5 g	ちりめんじゃこ			3 g													
■味しらべ																												
味しらべ			1枚										濃口しょうゆ			1 g												
													ごま油			1 g												
													ごま			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：2026年2月9日（月）～2026年2月15日（日）

2月9日（月）			2月10日（火）			2月11日（水）			2月12日（木）			2月13日（金）			2月14日（土）			2月15日（日）		
E	498 kcal	蛋白 19.0 g	E	524 kcal	蛋白 22.0 g				E	561 kcal	蛋白 19.8 g	E	614 kcal	蛋白 21.5 g	E	430 kcal	蛋白 12.3 g			
脂質	14.4 g	食繊 2.6 g	脂質	17.6 g	食繊 2.4 g				脂質	18.1 g	食繊 2.1 g	脂質	25.5 g	食繊 2.5 g	脂質	11.3 g	食繊 1.2 g			
炭水	78.0 g	食塩 1.9 g	炭水	72.4 g	食塩 1.0 g				炭水	80.5 g	食塩 1.3 g	炭水	76.7 g	食塩 1.5 g	炭水	73.2 g	食塩 1.4 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					
■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						■ビスコ ビスコ 1枚			■ソフトサラダ ソフトサラダ 1枚			■ぱりんこ ぱりんこ 1枚					
昼食			昼食			昼食			昼食			昼食			昼食			昼食		
■鶏そぼろ丼 米 55 g 鶏ミンチ 30 g 玉ねぎ 15 g 濃口しょうゆ 2.5 g 上白糖 1.25g みりん 0.4 g 片栗粉 0.3 g なたね油 0.2 g 小松菜 15 g 人参 3 g 濃口しょうゆ 2 g 上白糖 1 g 風味だし汁 18 g			■ご飯 米 50 g ■豚肉の生姜炒め 豚肉 35 g 玉ねぎ 15 g キャベツ 30 g 人参 5 g 濃口しょうゆ 1 g 上白糖 0.5 g みりん 1 g しょうが 0.3 g なたね油 0.2 g ■春雨の和え物 春雨 4 g 人参 5 g コーン 4 g きゅうり 5 g うす口しょうゆ 0.4 g 酢 0.3 g ごま油 0.2 g 塩 0.01g						■ご飯 米 50 g ■鶏のマーマレード焼き 鶏肉 2枚 濃口しょうゆ 2.2 g マーマレード 5.4 g インゲン 10 g 濃口しょうゆ 0.3 g 上白糖 0.13g ■スパゲティサラダ スパゲティ 9.3 g きゅうり 8 g 人参 5 g エッグケア 4 g 塩 0.01g ■白菜の味噌汁 白菜 10 g なめこ 5 g ねぎ 1 g 味噌 4 g			■ご飯 米 50 g ■鯖の塩焼き さば 1/2切 塩 0.01g なたね油 0.2 g チンゲン菜 15 g 濃口しょうゆ 0.3 g 上白糖 0.15g ■ひじき煮 揚げ 3 g ひじき 1.5 g グリーンピース 3 g 人参 3 g うす口しょうゆ 1 g 上白糖 1 g みりん 1 g 風味だし汁 17 g ■大根の味噌汁 大根 10 g わかめ 0.3 g ねぎ 1 g 味噌 4 g			■チャーハン 米 50 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 0.8 g 濃口しょうゆ 0.6 g 塩 0.01g ごま油 0.2 g ■チンゲン菜のスープ チンゲン菜 8 g 人参 5 g 玉ねぎ 10 g チキンスープ 0.8 g 塩 0.01g ■青りんごゼリー 青りんごゼリー 1個					
■ほうれん草のごま和え ほうれん草 30 g 人参 5 g ごま 0.5 g 濃口しょうゆ 0.8 g 上白糖 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																	
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					
■ホットケーキ ホットケーキ 2/4枚 メープルシロップ 2.5 g			■ふのラスク おつゆ麩 8 g マーガリン 8 g 上白糖 6 g						■野菜ジュース蒸しパン ホットケーキミックス 16 g 上白糖 3.5 g 野菜ジュース 10 g			■バレンタインクッキー 小麦粉 16 g ココア 0.1 g マーガリン 12 g 上白糖 5.5 g 牛乳 0.7 g			■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>

現場：美木多いっちゃん保育園

献立種類：乳児

年月日：2026年2月16日（月）～2026年2月22日（日）

2月16日（月）			2月17日（火）			2月18日（水）			2月19日（木）			2月20日（金）			2月21日（土）			2月22日（日）		
E	497 kcal	蛋白 22.5 g	E	457 kcal	蛋白 20.3 g	E	556 kcal	蛋白 21.0 g	E	558 kcal	蛋白 21.0 g	E	541 kcal	蛋白 19.4 g	E	496 kcal	蛋白 17.6 g			
脂質	15.4 g	食繊 2.1 g	脂質	16.1 g	食繊 2.6 g	脂質	20.2 g	食繊 3.6 g	脂質	21.2 g	食繊 2.2 g	脂質	18.3 g	食繊 3.0 g	脂質	15.8 g	食繊 2.9 g			
炭水	70.2 g	食塩 1.3 g	炭水	62.3 g	食塩 1.2 g	炭水	73.5 g	食塩 1.6 g	炭水	73.4 g	食塩 1.2 g	炭水	78.3 g	食塩 1.6 g	炭水	74.2 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			
■たべっこベイベー			■サッポロポテト			■ビスコ			■バナナ			■ソフトサラダ			■味しらべ					
たべっこベイベー		5 g	1才サッポロポテト		3 g	ビスコ		1枚	バナナ		1/3本	ソフトサラダ		1枚	味しらべ		1枚			
昼食			昼食			昼食			昼食			昼食			昼食			昼食		
■他人丼			■ご飯			■☆お誕生会☆			■☆お誕生会☆			■ご飯			■ピラフ					
米		55 g	米		50 g	■ミートスパゲティ		40 g	■ご飯		50 g	■厚揚げと大根の煮物		50 g	米		55 g			
豚肉		25 g	■さわらの醤油焼き		1/2切	スパゲティ		0.01g	米			厚揚げ		20 g	玉ねぎ		15 g			
玉ねぎ		30 g	さわら		1 g	塩		0.01g	■鶏の唐揚げ		2枚	豚ミンチ		25 g	ミックスベジタブル		15 g			
鶏卵		20 g	濃口しょうゆ		1 g	合挽きミンチ		24 g	鶏肉			大根		25 g	鶏肉		25 g			
濃口しょうゆ		1.5 g	みりん		1 g	玉ねぎ		20 g	濃口しょうゆ		1.6 g	玉ねぎ		15 g	塩		0.01g			
うす口しょうゆ		1.5 g	上白糖		1 g	人参		5 g	みりん		0.8 g	人参		10 g	コンソメ		0.8 g			
上白糖		1.4 g	なたね油		0.2 g	マッシュルーム		10 g	片栗粉		2.1 g	うす口しょうゆ		1 g	なたね油		0.2 g			
みりん		0.8 g	インゲン		10 g	なたね油		0.2 g	植物油		2 g	みりん		1 g	■ポトフ					
風味だし汁		17 g	濃口しょうゆ		0.3 g	トマトホール缶		20 g	カリフラワー		10 g	上白糖		1 g	ウインナー		10 g			
みつば		1.5 g	上白糖		0.1 g	ケチャップ		6.4 g	塩		0.01g	片栗粉		1 g	じゃが芋		16 g			
■カリフラワーのサラダ			■小松菜の煮浸し			■さつま芋サラダ			■野菜サラダ			■白菜のさっぱり和え			■みかん缶					
カリフラワー		25 g	小松菜		30 g	さつま芋		29.93g	キャベツ		25 g	白菜		39 g	玉ねぎ		5 g			
人参		5 g	人参		5 g	玉ねぎ		5 g	パプリカ(黄)		5 g	人参		5 g	人参		3.6 g			
ツナ		5 g	揚げ		1.7 g	きゅうり		10.5 g	人参		5 g	コーン		5 g	コンソメ		0.8 g			
ごまだれ		5 g	うす口しょうゆ		0.5 g	エッグケア		3.15g	和風ドレッシング		4 g	ポン酢		1 g	うす口しょうゆ		0.5 g			
■豆腐のすまし汁			上白糖		0.5 g	■コンソメスープ			■豆乳スープ			ごま油		0.2 g	塩		0.01g			
絹ごし豆腐		10 g	みりん		0.5 g	コンソメ		1.1 g	ベーコン		5 g	■わかめの味噌汁			■みかん缶		30 g			
わかめ		0.4 g	風味だし汁		8 g	コンソメ		0.5 g	玉ねぎ		8 g	わかめ		0.3 g	みかん缶					
人参		5 g	■かぼちゃの味噌汁			うす口しょうゆ		0.01g	人参		5 g	玉ねぎ		10 g						
うす口しょうゆ		0.8 g	かぼちゃ		10 g	塩		0.01g	豆乳		50 g	えのき		4 g						
塩		0.01g	玉ねぎ		8 g	人参		5 g	水		60 g	味噌		4.5 g						
			ねぎ		1 g	玉ねぎ		8 g	コンソメ		1 g									
			味噌		4 g	パセリ		1 g	塩		0.01g									
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		100 g	牛乳		100 g	牛乳		100 g	牛乳		100 g	牛乳		100 g	牛乳		100 g			
■肉まん			■ポップコーン			■抹茶ケーキ			■プリン			■マシュマロおこし			■きな粉餅せんべい					
肉まん		1個	ポップコーン		5 g	小麦粉		6.2 g	プリンミックス		12.9 g	コーンフレーク		10 g	きなこ餅		1枚			
			なたね油		2 g	ベーキングパウダー		0.63g	水		55 g	マシュマロ		6.4 g	■ハッピーターン					
			塩		0.1 g	鶏卵		13.5 g	■ウエハース			有塩バター		3 g	ハッピーターン		1個			
						無塩バター		3.8 g	マンナウエハース		1枚									
						上白糖		6.3 g												
						牛乳		2.5 g												
						グリーンティ		2 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：2026年2月23日（月）～2026年2月28日（土）

2月23日（月）	2月24日（火）	2月25日（水）	2月26日（木）	2月27日（金）	2月28日（土）	
E 438 kcal 蛋白 17.2 g 脂質 9.9 g 食繊 2.8 g 炭水 72.1 g 食塩 1.0 g	E 438 kcal 蛋白 17.2 g 脂質 9.9 g 食繊 2.8 g 炭水 72.1 g 食塩 1.0 g	E 373 kcal 蛋白 15.6 g 脂質 12.4 g 食繊 1.9 g 炭水 53.6 g 食塩 0.7 g	E 452 kcal 蛋白 18.5 g 脂質 11.3 g 食繊 2.9 g 炭水 71.5 g 食塩 1.5 g	E 653 kcal 蛋白 17.3 g 脂質 23.4 g 食繊 3.4 g 炭水 97.5 g 食塩 2.5 g	E 446 kcal 蛋白 19.7 g 脂質 11.1 g 食繊 1.7 g 炭水 69.8 g 食塩 1.1 g	
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 ■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 ■ソフトサラダ ソフトサラダ 1枚	■牛乳 牛乳 100 g ■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 ■ホキの味噌マヨネーズ焼き ホキ 1/2切 塩 0.01g 味噌 2 g エッグケア 2 g 上白糖 1 g チンゲン菜 15 g 濃口しょうゆ 0.3 g 上白糖 0.15g ■金平ごぼう ごぼう 25 g 人参 5 g ちくわ 5 g 濃口しょうゆ 0.5 g 上白糖 0.5 g ごま 0.6 g ごま油 0.1 g ■麩のすまし汁 おつゆ麩 1 g 玉ねぎ 10 g ねぎ 1 g うす口しょうゆ 0.8 g 塩 0.01g	■肉うどん うどん 1/3玉 牛肉 20 g 玉ねぎ 15 g 人参 5 g 細切り蒲鉾 4 g ねぎ 1 g うす口しょうゆ 1 g みりん 0.8 g 風味だし汁 123 g ■白菜のツナ和え 白菜 39 g 人参 5 g ツナ 5 g 濃口しょうゆ 0.8 g 上白糖 0.3 g ■パイン缶 パイン缶 30 g	■ご飯 米 50 g ■豚肉の炒めもの 豚肉 20 g キャベツ 10 g 玉ねぎ 18 g 人参 4.5 g ピーマン 5 g うす口しょうゆ 3 g 上白糖 1.5 g ごま油 0.2 g ■ブロッコリーのおかか和え ブロッコリー 25 g 人参 5 g 粉かつお 0.3 g 濃口しょうゆ 1 g 上白糖 0.5 g ■もやしスープ もやし 12 g 人参 5 g にら 1 g チキンスープ 1 g 塩 0.01g	■チキンカレー 米 50 g 鶏肉 20 g じゃが芋 16 g 玉ねぎ 30 g 人参 5 g なたね油 0.2 g カレールー 16 g 水 50 g ■マカロニサラダ マカロニ 8 g 人参 4 g コーン 3 g エッグケア 4 g うす口しょうゆ 0.5 g 塩 0.01g ■ストロベリーゼリー ストロベリーゼリー 1個	■豚丼 米 50 g 豚肉 36 g 玉ねぎ 36 g 人参 5 g ねぎ 1.5 g 濃口しょうゆ 1 g うす口しょうゆ 1 g 上白糖 1.4 g みりん 0.9 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 ■黄桃缶 黄桃缶 30 g		
3時	3時	3時	3時	3時	3時	
■お茶 ほうじ茶 100 g ■ももヨーグルト ヨーグルト 40 g 上白糖 5 g 黄桃缶 20 g ■味しらべ 味しらべ 1枚	■お茶 ほうじ茶 100 g ■ももヨーグルト ヨーグルト 40 g 上白糖 5 g 黄桃缶 20 g ■味しらべ 味しらべ 1枚	■牛乳 牛乳 100 g ■スイートポテト さつま芋 30 g マーガリン 1.6 g 牛乳 4 g 上白糖 3 g	■牛乳 牛乳 100 g ■スティックケーキ ホットケーキミックス 10 g 鶏卵 2 g 牛乳 7.5 g チーズ 5 g 上白糖 2.5 g	■牛乳 牛乳 100 g ■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 g	■牛乳 牛乳 100 g ■ぼたぼた焼き ぼたぼた焼 1枚 ■ラムネ ラムネ 1個	

献立種類: 幼児

給食実施状況

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	
$\frac{235}{547} \times 100 =$	43.0 %	$100 - 26.8 - (\frac{20.3 \times 4}{547} \times 100) =$	58.3 %	$\frac{20.3 \times 4}{547} \times 100 =$	14.8 %	$\frac{16.3 \times 9}{547} \times 100 =$	26.8 %	$\frac{12.3}{20.3} \times 100 =$	60.6 %	$\frac{9.4}{16.3} \times 100 =$	57.7 %	$\frac{242.0}{1} :$	$\frac{336.0}{1.4} =$
P / S 比		S : M : P											
$\frac{2.29}{5.85} =$	0.39	5.85	:	4.52	:	2.29	=						
		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：2026年2月2日（月）～2026年2月8日（日）

2月2日（月）				2月3日（火）				2月4日（水）				2月5日（木）				2月6日（金）				2月7日（土）				2月8日（日）			
E	617 kcal	蛋白	17.2 g	E	472 kcal	蛋白	15.1 g	E	557 kcal	蛋白	23.4 g	E	483 kcal	蛋白	18.7 g	E	468 kcal	蛋白	21.5 g	E	154 kcal	蛋白	5.5 g				
脂質	22.5 g	食繊	2.8 g	脂質	8.8 g	食繊	3.6 g	脂質	17.3 g	食繊	2.6 g	脂質	12.3 g	食繊	5.2 g	脂質	10.1 g	食繊	4.2 g	脂質	8.3 g	食繊	g				
炭水	90.5 g	食塩	2.2 g	炭水	85.9 g	食塩	1.6 g	炭水	79.6 g	食塩	2.3 g	炭水	76.5 g	食塩	2.6 g	炭水	76.8 g	食塩	1.1 g	炭水	16.3 g	食塩	0.4 g				
昼食				昼食				昼食				昼食				昼食				昼食				昼食			
■ご飯				■散らし寿司				■ご飯				■ロールパン				■ご飯				■お弁当会							
米		60 g		米		60 g		米		60 g		ロールパン		1ﾊﾟﾝ		米		60 g									
■メンチカツ				酢				■さわらの西京焼き				■鶏肉のトマト煮				■豚肉のカレー炒め											
メンチカツ		1+1/2個		上白糖		1.88g		さわら		1/2切		鶏肉		5枚		豚肉		37.5 g									
植物油		4.38g		塩		0.01g		酒		1.25g		玉ねぎ		25 g		玉ねぎ		37.5 g									
ケチャップ		2.5 g		ごま		0.63g		白味噌		5 g		キャベツ		12.5 g		キャベツ		37.5 g									
とんかつソース		2.5 g		揚げ		1.88g		みりん		1.25g		人参		6.25g		三色ピーマン		12.5 g									
ブロッコリー		12.5 g		干し椎茸		0.63g		上白糖		0.63g		しめじ		7.5 g		カレールー		1 g									
塩		0.01g		人参		3.75g		かぼちゃ		12.5 g		なたね油		0.25g		コンソメ		0.01g									
■キャベツのサラダ				風味だし汁		125 g		濃口しょうゆ		0.38g		トマトホール缶		20 g		なたね油		0.25g									
キャベツ		31.25g		上白糖		3.13g		上白糖		0.19g		ケチャップ		13.75g		■ブロッコリーのボン酢和え											
人参		6.25g		細切り蒲鉾		12.5 g		上白糖		1.25g		上白糖		1.25g		ブロッコリー		27.5 g									
コーン		3.75g		インゲン		10 g		チンゲン菜		43.75g		コンソメ		0.13g		ツナ		6.25g									
エッグケア		6.25g		錦糸玉子		12.5 g		人参		6.25g		塩		0.01g		人参		6.25g									
うす口しょうゆ		0.63g		のり		0.13g		ごまだれ		5 g		■大根サラダ				上白糖		0.25g									
■しめじの味噌汁				■ほうれん草のおかか和え				■かき玉汁				大根		31.25g		ボン酢		1.25g									
しめじ		6.25g		ほうれん草		37.5 g		鶏卵		15 g		人参		6.25g		■えのきの味噌汁											
玉ねぎ		10 g		人参		6.25g		人参		6.25g		きゅうり		6.25g		えのき		6.25g									
ねぎ		1.25g		粉かつお		0.38g		みつば		1.25g		青じそドレッシング		5 g		人参		6.25g									
味噌		5 g		濃口しょうゆ		1 g		うす口しょうゆ		1.88g		■コンソメスープ				ねぎ		1.25g									
				上白糖		0.38g		塩		0.01g		じゃが芋		15 g		味噌		5 g									
				■わかめのすまし汁								玉ねぎ		6.25g													
				わかめ		0.5 g						コンソメ		1 g													
				玉ねぎ		10 g						うす口しょうゆ		0.63g													
				うす口しょうゆ		1 g						塩		0.01g													
				塩		0.01g																					
3時				3時				3時				3時				3時				3時				3時			
■牛乳				■牛乳				■牛乳				■お茶				■牛乳				■牛乳							
牛乳		150 g		牛乳		150 g		牛乳		150 g		ほうじ茶		150 g		牛乳		150 g		牛乳		150 g					
■りんご寒天				■鬼まんじゅう				■ウィンナーパン				■カルシウムおにぎり				■杏仁豆腐				■ぼたぼた焼き							
寒天		0.5 g		さつま芋		22 g		ウィンナー		12.5 g		米		50 g		バイン缶		20 g		ぼたぼた焼		2枚					
水		15 g		ホットケーキミックス		12 g		ホットケーキミックス		18.75g		小松菜		12.5 g		黄桃缶		21.25g									
アップルジュース		50 g		上白糖		1.88g		ヨーグルト		6.25g		塩		0.13g		杏仁豆腐		17.5 g		■ハッピーターン							
上白糖		3 g		牛乳		6.2 g		牛乳		3.13g		ちりめんじゃこ		3.75g						ハッピーターン							
■味しらべ								なたね油				濃口しょうゆ		1.25g													
味しらべ		2枚						ケチャップ		5 g		ごま油		1.25g													
												ごま		1.25g													

<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：2026年2月9日（月）～2026年2月15日（日）

2月9日（月）				2月10日（火）				2月11日（水）		2月12日（木）				2月13日（金）				2月14日（土）				2月15日（日）	
E	586 kcal	蛋白	20.8 g	E	569 kcal	蛋白	23.9 g			E	622 kcal	蛋白	22.5 g	E	638 kcal	蛋白	21.2 g	E	460 kcal	蛋白	12.2 g		
脂質	15.1 g	食繊	3.4 g	脂質	18.1 g	食繊	3.1 g			脂質	19.1 g	食繊	2.3 g	脂質	25.5 g	食繊	3.0 g	脂質	10.1 g	食繊	1.6 g		
炭水	96.4 g	食塩	2.6 g	炭水	80.2 g	食塩	1.2 g			炭水	90.4 g	食塩	1.7 g	炭水	82.8 g	食塩	1.7 g	炭水	83.1 g	食塩	1.6 g		
昼食				昼食				昼食		昼食				昼食				昼食				昼食	
■鶏そぼろ丼				■ご飯						■ご飯				■ご飯				■チャーハン					
米		65 g		米		60 g				米		60 g		米		60 g		米		60 g			
鶏ミンチ		37.5 g		■豚肉の生姜炒め						■鶏のマーマレード焼き				■鯖の塩焼き				ウインナー		18.75g			
玉ねぎ		18.75g		豚肉		43.75g				鶏肉		3枚		さば		1/2切		人参		7 g			
濃口しょうゆ		3.13g		玉ねぎ		18.75g				濃口しょうゆ		2.75g		塩		0.01g		玉ねぎ		7 g			
上白糖		1.56g		キャベツ		37.5 g				マーマレード		6.75g		なたね油		0.25g		ねぎ		1.88g			
みりん		0.5 g		人参		6.25g				インゲン		12.5 g		チンゲン菜		18.75g		コーン		6.25g			
片栗粉		0.38g		濃口しょうゆ		1.25g				濃口しょうゆ		0.38g		濃口しょうゆ		0.38g		チキンスープ		1 g			
なたね油		0.25g		上白糖		0.63g				上白糖		0.16g		上白糖		0.19g		濃口しょうゆ		0.75g			
小松菜		18.75g		みりん		1.25g				■スパゲティサラダ				■ひじき煮				塩		0.01g			
人参		3.75g		しょうが		0.38g				スパゲティ		11.63g		揚げ		3.75g		ごま油		0.25g			
濃口しょうゆ		2.5 g		なたね油		0.25g				きゅうり		10 g		ひじき		1.88g		■チンゲン菜のスープ					
上白糖		1.25g		■春雨の和え物						人参		6.25g		グリンピース		3.75g		チンゲン菜		10 g			
風味だし汁		22.5 g		春雨		5 g				エッグケア		5 g		人参		3.75g		人参		6.25g			
■ほうれん草のごま和え				人参		6.25g				塩		0.01g		うす口しょうゆ		1.25g		玉ねぎ		12.5 g			
ほうれん草		37.5 g		コーン		5 g				■白菜の味噌汁				上白糖		1.25g		チキンスープ		1 g			
人参		6.25g		きゅうり		6.25g				白菜		12.5 g		みりん		1.25g		塩		0.01g			
ごま		0.63g		うす口しょうゆ		0.5 g				なめこ		6.25g		風味だし汁		21.25g		■青りんごゼリー					
濃口しょうゆ		1 g		酢		0.38g				ねぎ		1.25g		■大根の味噌汁				青りんごゼリー		1個			
上白糖		0.38g		ごま油		0.25g				味噌		5 g		大根		12.5 g							
■さつま芋の味噌汁				塩		0.01g								わかめ		0.38g							
さつま芋		12.5 g		■ほうれん草の味噌汁										ねぎ		1.25g							
玉ねぎ		10 g		ほうれん草		12.5 g								味噌		5 g							
ねぎ		1.25g		揚げ		2 g																	
味噌		3.75g		味噌		5 g																	
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		150 g		牛乳		150 g				牛乳		150 g		牛乳		150 g		牛乳		150 g			
■ホットケーキ				■ふのラスク						■野菜ジュース蒸しパン				■バレンタインクッキー				■星たべよ					
ホットケーキ		1枚		おつゆ麩		10 g				ホットケーキミックス		20 g		小麦粉		20 g		星たべよ		2枚			
マーガリン		3.13g		マーガリン		10 g				上白糖		4.38g		ココア		0.13g		■ラムネ					
				上白糖		7.5 g				野菜ジュース		12.5 g		マーガリン		15 g		ラムネ		2個			
														上白糖		6.88g							
														牛乳		0.88g							

<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：2026年2月16日（月）～2026年2月22日（日）

2月16日（月）				2月17日（火）				2月18日（水）				2月19日（木）				2月20日（金）				2月21日（土）				2月22日（日）			
E	580 kcal	蛋白	25.8 g	E	469 kcal	蛋白	19.7 g	E	605 kcal	蛋白	22.7 g	E	633 kcal	蛋白	24.5 g	E	567 kcal	蛋白	20.4 g	E	544 kcal	蛋白	18.4 g				
脂質	16.6 g	食繊	2.7 g	脂質	15.3 g	食繊	3.2 g	脂質	20.4 g	食繊	4.4 g	脂質	24.5 g	食繊	2.8 g	脂質	17.3 g	食繊	3.8 g	脂質	15.9 g	食繊	3.5 g				
炭水	83.9 g	食塩	2.0 g	炭水	67.3 g	食塩	1.5 g	炭水	83.4 g	食塩	1.8 g	炭水	80.3 g	食塩	1.8 g	炭水	84.7 g	食塩	1.7 g	炭水	84.3 g	食塩	1.5 g				
昼食				昼食				昼食				昼食				昼食				昼食				昼食			
■他人丼				■ご飯				■☆お誕生会☆				■☆お誕生日会☆				■ご飯				■ピラフ							
米		65 g		米		60 g		■ミートスパゲティー				■ご飯		60 g		■厚揚げと大根の煮物				米		65 g					
豚肉		31.25g		■さわらの醤油焼き				スパゲティ		50 g		■鶏の唐揚げ				厚揚げ		25 g		玉ねぎ		18.75g					
玉ねぎ		37.5 g		さわら		1/2切		塩		0.01g		鶏肉		3枚		豚ミンチ		31.25g		ミックスベジタブル		18.75g					
鶏卵		25 g		濃口しょうゆ		1.25g		合挽きミンチ		30 g		濃口しょうゆ		2 g		大根		31.25g		鶏肉		31.25g					
濃口しょうゆ		1.88g		みりん		1.25g		玉ねぎ		25 g		みりん		1 g		玉ねぎ		18.75g		塩		0.01g					
うす口しょうゆ		1.88g		上白糖		1.25g		人参		6.25g		片栗粉		2.63g		うす口しょうゆ		1.25g		コンソメ		1 g					
上白糖		1.75g		なたね油		0.25g		マッシュルーム		12.5 g		植物油		2.5 g		みりん		1.25g		なたね油		0.25g					
みりん		1 g		インゲン		12.5 g		なたね油		0.25g		カリフラワー		12.5 g		上白糖		1.25g		■ポトフ							
風味だし汁		21.25g		濃口しょうゆ		0.38g		トマトホール缶		25 g		塩		0.01g		片栗粉		1.25g		ウインナー		12.5 g					
みつば		1.88g		上白糖		0.13g		ケチャップ		8 g		■野菜サラダ				風味だし汁		21.25g		じゃが芋		20 g					
■カリフラワーのサラダ				■小松菜の煮浸し				■さつま芋サラダ				■キャベツ				■白菜のさっぱり和え				■みかん缶							
カリフラワー		31.25g		小松菜		37.5 g		パセリ		1.25g		パブリカ(黄)		6.25g		白菜		48.75g		人參		4.5 g					
人参		6.25g		人参		6.25g		揚げ		2.13g		人参		6.25g		人參		6.25g		コンソメ		1 g					
ツナ		6.25g		揚げ		2.13g		うす口しょうゆ		0.63g		和風ドレッシング		5 g		コーン		6.25g		うす口しょうゆ		0.63g					
ごまだれ		6.25g		うす口しょうゆ		0.63g		玉ねぎ		6.25g		■豆乳スープ				ポン酢		1.25g		塩		0.01g					
■豆腐のすまし汁				■かぼちゃの味噌汁				■コンソメスープ				ベーコン				■わかめの味噌汁											
絹ごし豆腐		12.5 g		上白糖		0.63g		きゅうり		13.13g		玉ねぎ		10 g		上白糖		0.25g		■みかん缶							
わかめ		0.5 g		みりん		0.63g		エッグケア		3.94g		人参		6.25g		ごま油		0.25g		みかん缶		37.5 g					
人参		6.25g		風味だし汁		10 g		■コンソメスープ				豆乳		62.5 g		■わかめの味噌汁											
うす口しょうゆ		1 g		■かぼちゃ		12.5 g		コンソメ		1.38g		水		75 g		わかめ		0.38g									
塩		0.01g		玉ねぎ		10 g		うす口しょうゆ		0.63g		コンソメ		1.25g		玉ねぎ		12.5 g									
				ねぎ		1.25g		塩		0.01g		塩		0.01g		えのき		5 g									
				味噌		5 g		人参		6.25g						味噌		5.63g									
				パセリ		1.25g		玉ねぎ		10 g																	
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					
■肉まん				■ポップコーン				■抹茶ケーキ				■プリン				■マシュマロおこし				■きな粉餅せんべい							
肉まん		2個		ポップコーン		6.25g		小麦粉		7.75g		プリンミックス		16.13g		コーンフレーク		12.5 g		きなこ餅		2枚					
				なたね油		2.5 g		ベーキングパウダー		0.79g		水		68.75g		マシュマロ		8 g		■ハッピーターン							
				塩		0.13g		鶏卵		16.88g		■ウエハース				有塩バター		3.75g		ハッピーターン		2個					
								無塩バター		4.75g		マンナウエハース		2枚													
								上白糖		7.88g																	
								牛乳		3.13g																	
								グリーンティ		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：幼児
年月日：2026年2月23日（月）～2026年2月28日（土）

2月23日（月）	2月24日（火）	2月25日（水）	2月26日（木）	2月27日（金）	2月28日（土）
	E 425 kcal 蛋白 15.3 g 脂質 6.8 g 食繊 3.5 g 炭水 77.2 g 食塩 1.4 g	E 397 kcal 蛋白 16.5 g 脂質 10.6 g 食繊 2.3 g 炭水 63.0 g 食塩 0.9 g	E 466 kcal 蛋白 19.7 g 脂質 10.3 g 食繊 3.3 g 炭水 77.3 g 食塩 1.8 g	E 692 kcal 蛋白 18.0 g 脂質 23.7 g 食繊 4.3 g 炭水 105.3 g 食塩 2.8 g	E 487 kcal 蛋白 20.9 g 脂質 9.4 g 食繊 2.2 g 炭水 81.3 g 食塩 1.3 g
昼食	昼食	昼食	昼食	昼食	昼食
	■ご飯 米 60 g ■ホキの味噌マヨネーズ焼き ホキ 1/2切 塩 0.01g 味噌 2.5 g エッグケア 2.5 g 上白糖 1.25g チンゲン菜 18.75g 濃口しょうゆ 0.38g 上白糖 0.19g ■金平ごぼう ごぼう 31.25g 人参 6.25g ちくわ 6.25g 濃口しょうゆ 0.63g 上白糖 0.63g ごま 0.75g ごま油 0.13g ■麩のすまし汁 おつゆ麩 1.25g 玉ねぎ 12.5 g ねぎ 1.25g うす口しょうゆ 1 g 塩 0.01g	■肉うどん うどん 1/2玉 牛肉 25 g 玉ねぎ 18.75g 人参 6.25g 細切り蒲鉾 5 g ねぎ 1.25g うす口しょうゆ 1.25g みりん 1 g 風味だし汁 153.75g ■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 g 上白糖 0.38g ■パイン缶 パイン缶 37.5 g	■ご飯 米 60 g ■豚肉の炒めもの 豚肉 25 g キャベツ 12.5 g 玉ねぎ 22.5 g 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 ■ブロッコリーのおかか和え ブロッコリー 31.25g 人参 6.25g 粉かつお 0.38g 濃口しょうゆ 1.25g 上白糖 0.63g ■もやしスープ もやし 15 g 人参 6.25g にら 1.25g チキンスープ 1.25g 塩 0.01g	■チキンカレー 米 60 g 鶏肉 25 g じゃが芋 20 g 玉ねぎ 37.5 g 人参 6.25g なたね油 0.25g カレールー 20 g 水 62.5 g ■マカロニサラダ マカロニ 10 g 人参 5 g コーン 3.75g エッグケア 5 g うす口しょうゆ 0.63g 塩 0.01g ■ストロベリーゼリー ストロベリーゼリー 1個	■豚丼 米 60 g 豚肉 45 g 玉ねぎ 45 g 人参 6.25g ねぎ 1.88g 濃口しょうゆ 1.25g うす口しょうゆ 1.25g 上白糖 1.75g みりん 1.13g ■揚げの味噌汁 揚げ 2.25g 玉ねぎ 10 g ねぎ 1.25g 味噌 5 g ■黄桃缶 黄桃缶 37.5 g
3時	3時	3時	3時	3時	3時
	■お茶 ほうじ茶 150 g ■ももヨーグルト ヨーグルト 50 g 上白糖 6.25g 黄桃缶 25 g ■味しらべ 味しらべ 2枚	■牛乳 牛乳 150 g ■スイートポテト さつま芋 37.5 g マーガリン 2 g 牛乳 5 g 上白糖 3.75g	■牛乳 牛乳 150 g ■スティックケーキ ホットケーキミックス 12.5 g 鶏卵 2.5 g 牛乳 9.38g チーズ 6.25g 上白糖 3.13g	■牛乳 牛乳 150 g ■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 g	■牛乳 牛乳 150 g ■ぼたぼた焼き ぼたぼた焼 2枚 ■ラムネ ラムネ 2個