

〈栄養月報〉

現場 : 美木多いっちゃん保育園
 年月日 : 2026年3月1日(日) ~ 2026年3月31日(火)
 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	800.00	40.00	34.0	137	2.5	0.4	1	2	36	0.3	0	0.03	0.01	0	0.2	0.0	
	パン類	40.00	2.00	7.0	6	0.2	0.1	9	0	2	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
	めん類	110.00	5.50	12.0	13	0.4	0.1	2	0	5	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0	
	その他の穀類	105.60	5.28	6.5	20	0.5	0.4	20	3	9	0.1	0	0.01	0.00	0	0.1	0.0	
いも類	芋類	179.00	8.95	12.0	7	0.2	0.0	0	1	39	0.0	0	0.01	0.00	3	0.6	0.0	
	いも類加工品	26.25	1.31	1.5	3	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		71.76	3.59	4.5	13	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	96.20	4.81	6.0	5	0.4	0.4	0	6	6	0.1	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
	大豆、その他の豆類	2.50	0.13	2.5	1	0.0	0.0	0	0	3	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
種実類		2.60	0.13	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	629.41	31.47	25.0	10	0.5	0.0	11	21	83	0.2	137	0.01	0.02	7	0.9	0.0	
	その他の野菜類	674.50	33.73	35.0	11	0.4	0.0	2	10	66	0.1	1	0.01	0.00	4	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	82.90	4.15	20.0	3	0.0	0.0	0	0	12	0.0	0	0.00	0.00	1	0.1	0.0	
	果実加工品	103.80	5.19	3.5	4	0.0	0.0	0	0	5	0.0	1	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
きのこ類		44.30	2.22	3.0	1	0.1	0.0	2	0	7	0.0	0	0.00	0.01	0	0.1	0.0	
藻類	藻類	3.70	0.19	0.5	0	0.0	0.0	5	1	6	0.0	2	0.00	0.00	0	0.1	0.0	
魚介類	魚介類(生)	120.00	6.00	10.0	7	1.1	0.3	9	1	20	0.0	2	0.00	0.01	0	0.0	0.0	
	干物、塩蔵、缶詰	14.30	0.72	2.5	2	0.2	0.1	6	1	2	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
	練製品	20.00	1.00	0.5	1	0.1	0.0	8	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
肉類	肉類(生)	308.00	15.40	13.0	28	2.8	1.8	9	1	45	0.2	4	0.04	0.03	0	0.0	0.0	
	肉加工品	81.00	4.05	1.5	7	0.5	0.4	18	5	7	0.3	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
卵類		57.70	2.89	5.5	3	0.2	0.2	3	1	2	0.0	3	0.00	0.01	0	0.0	0.0	
乳類	牛乳	3927.40	196.37	160.0	120	6.5	7.5	81	216	295	0.0	75	0.08	0.29	2	0.0	0.2	
	乳製品	47.50	2.38	20.0	7	0.2	0.5	9	5	2	0.0	4	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
油脂類	植物性	71.58	3.58	1.5	25	0.0	2.7	21	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1	
	動物性	10.00	0.50	0.5	4	0.0	0.4	0	0	0	0.0	4	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
調味料類	食塩	0.88	0.04	0.2	0	0.0	0.0	11	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
	醤油	34.50	1.73	2.0	1	0.1	0.0	103	0	6	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.3	
	味噌	35.20	1.76	2.0	3	0.2	0.1	86	2	7	0.1	0	0.00	0.00	0	0.1	0.2	
	その他の調味料	129.68	6.48	4.5	14	0.2	0.6	212	1	12	0.0	3	0.00	0.00	0	0.1	0.5	
その他	その他	446.50	22.33	25.0	50	0.9	1.6	48	16	24	0.2	0	0.01	0.01	1	0.1	0.1	
	その他1	415.40	20.77	-	0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
合計					507	18.2	17.7	676	295	702	1.6	236	0.20	0.39	18	3.2	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					109.98	95.29	138.28	122.69	139.81	-	80.00	126.88	100.00	144.44	100.00	-	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
175 kcal	73 kcal	159 kcal	11.5 g	11.0 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
$\frac{175}{507} \times 100 = 34.5\%$	$100 - 31.4 - (\frac{18.2 \times 4}{507} \times 100) = 54.2\%$	$\frac{18.2 \times 4}{507} \times 100 = 14.4\%$	$\frac{17.7 \times 9}{507} \times 100 = 31.4\%$	$\frac{11.5}{18.2} \times 100 = 63.2\%$	$\frac{11.0}{17.7} \times 100 = 62.1\%$	$\frac{295.0}{1} : \frac{336.0}{1.1} =$
P/S比	S : M : P					
$\frac{2.11}{6.95} = 0.30$	6.95 : 4.75 : 2.11 = 3 : 2.1 : 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 : 2026年3月9日(月) ~ 2026年3月15日(日)

3月9日(月)			3月10日(火)			3月11日(水)			3月12日(木)			3月13日(金)			3月14日(土)			3月15日(日)		
E 631 kcal	蛋白 22.4 g	脂質 26.6 g	E 433 kcal	蛋白 16.3 g	脂質 16.6 g	E 487 kcal	蛋白 20.2 g	脂質 15.0 g	E 544 kcal	蛋白 17.1 g	脂質 20.0 g	E 210 kcal	蛋白 9.0 g	脂質 9.6 g	E 383 kcal	蛋白 15.6 g	脂質 12.4 g			
	食塩 1.8 g			食塩 2.5 g			食塩 1.6 g			食塩 1.5 g			食塩 0.3 g			食塩 1.8 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					
■たべっこベイビー たべっこベイビー 5 g			■マリー マリービスケット 1枚			■バナナ バナナ 1/3本			■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		
■ご飯 米 50 g			■ちゃんぽんめん 中華そば 1/2玉			■ご飯 米 50 g			■☆お誕生日会☆ ■ご飯 米 50 g			■お弁当当会			■焼きそば 焼きそば 1/2玉					
■麻婆豆腐 木綿豆腐 40 g 豚ミンチ 27 g しょうが 0.5 g 玉ねぎ 10 g 人参 5 g ねぎ 1.5 g なたね油 0.2 g ごま油 0.2 g チキンスープ 1 g 濃口しょうゆ 2 g みりん 1.4 g 味噌 3.2 g 水 21 g 片栗粉 0.9 g			豚肉 15 g 玉ねぎ 10 g もやし 10 g キャベツ 10 g 人参 5 g 細切り蒲鉾 5 g ねぎ 1 g 白湯ラーメンスープ 13 g 水 130 g			■白身魚の照り焼き ホキ 1/2切 濃口しょうゆ 2 g みりん 2 g 上白糖 1 g 酒 1 g 小松菜 15 g 濃口しょうゆ 0.3 g 上白糖 0.15g			■煮込みハンバーグ 国産ハンバーグ 1個 デミソース 15 g ケチャップ 6.75g 人参 10 g コンソメ 0.2 g 上白糖 0.2 g						■焼きたて 豚肉 20 g キャベツ 12 g 玉ねぎ 10 g 人参 4 g なたね油 0.2 g 焼きそばソース 6 g お好みソース 6 g 濃口しょうゆ 0.08g 塩 0.01g 粉かつお 0.5 g 青のり 0.1 g					
■餃子 餃子 1個			■チンゲン菜の和え物 チンゲン菜 32 g 人参 5 g うす口しょうゆ 0.8 g 上白糖 0.3 g			■切干大根の煮物 切干大根 3.6 g 揚げ 3 g 人参 4 g 干し椎茸 0.5 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 なたね油 0.1 g			■ブロッコリーのマヨ和え ブロッコリー 22 g 人参 5 g エッグケア 3 g						■わかめの味噌汁 わかめ 0.6 g 玉ねぎ 10 g ねぎ 1 g 味噌 4 g					
■野菜スープ 玉ねぎ 12 g もやし 12 g 人参 3.6 g コーン 3 g チキンスープ 0.8 g 塩 0.01g			■みかん缶 みかん缶 30 g			■白菜の味噌汁 白菜 10 g しめじ 5 g ねぎ 1 g 味噌 4 g			■オニオンスープ コンソメ 0.8 g うす口しょうゆ 0.5 g 塩 0.01g 玉ねぎ 14 g 人参 3.6 g パセリ 0.1 g						■ストロベリーゼリー ストロベリーゼリー 1個					
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					
■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 3.2 g			■ちんすこう 小麦粉 10 g 上白糖 5.3 g 片栗粉 3 g なたね油 5.3 g			■りんごジャムパイ パイシート 15 g りんごジャム 10 g			■プリンアラモード プリンミックス 12.9 g 水 55 g ホイップ 8 g 黄桃缶 10 g			■マカロニきな粉 マカロニ 9 g きな粉 2.5 g 上白糖 2.5 g			■アスパラガスビスケット アスパラガスビスケット 1/6パック ■ハッピーターン ハッピーターン 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3月16日 (月) ~ 2026年3月22日 (日)

3月16日 (月)		3月17日 (火)		3月18日 (水)		3月19日 (木)		3月20日 (金)		3月21日 (土)		3月22日 (日)	
E 447 kcal	蛋白 18.7 g	E 515 kcal	蛋白 19.6 g	E 557 kcal	蛋白 19.7 g	E 501 kcal	蛋白 22.1 g	E kcal	蛋白 g	E 430 kcal	蛋白 13.0 g		
脂質 11.5 g	食塩 0.7 g	脂質 20.7 g	食塩 1.4 g	脂質 17.9 g	食塩 2.7 g	脂質 15.8 g	食塩 1.7 g	脂質 g	食塩 g	脂質 10.9 g	食塩 1.1 g		
朝食		朝食		朝食		朝食		朝食		朝食		朝食	
■牛乳 牛乳 100 g ■たべっこベビー たべっこベビー 5 g		■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 ■ソフトサラダ ソフトサラダ 1枚		■牛乳 牛乳 100 g ■ビスコ ビスコ 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	
■豚丼 米 50 g 豚肉 30 g 玉ねぎ 30 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 みりん 1.8 g 上白糖 1.4 g ■ブロッコリーのごま和え ブロッコリー 22 g 人参 5 g ごま 0.8 g 濃口しょうゆ 0.5 g 上白糖 0.31g ■えのきのすまし汁 えのき 5 g 玉ねぎ 10 g ねぎ 1 g うす口しょうゆ 0.8 g 塩 0.01g		■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 キャベツ 15 g 塩 0.1 g ■ポパイサラダ ほうれん草 35 g 人参 5 g ハム 3 g エッグケア 4 g ■豆腐の味噌汁 絹ごし豆腐 12 g 玉ねぎ 8 g ねぎ 1 g 味噌 4 g		■カレーライス 米 50 g 牛肉 25 g じゃが芋 16 g 玉ねぎ 30 g 人参 10 g カレールー 16 g なたね油 0.2 g 水 50 g ■白菜のじゃこ和え 白菜 39 g 人参 5 g ちりめんじゃこ 3 g うす口しょうゆ 0.8 g 上白糖 0.3 g ■オレンジ オレンジ 1/6玉		■ご飯 米 50 g ■白身魚の幽庵焼き ホキ 1/2切 酒 0.9 g 濃口しょうゆ 1 g 上白糖 0.6 g 風味だし汁 3.8 g レモン果汁 0.8 g かぼちゃ 10 g 濃口しょうゆ 0.3 g 上白糖 0.15g ■小松菜の煮浸し 小松菜 30 g 人参 5 g 揚げ 1.7 g うす口しょうゆ 0.5 g 上白糖 0.5 g みりん 0.5 g 風味だし汁 8 g ■ちくわの味噌汁 ちくわ 5 g 玉ねぎ 14 g ねぎ 1 g 味噌 4 g		■春分の日		■ピラフ 米 50 g 玉ねぎ 15 g ミックスベジタブル 15 g ウインナー 15 g 塩 0.01g コンソメ 0.8 g なたね油 0.2 g ■春雨スープ 春雨 5 g 玉ねぎ 8 g 人参 5 g チキンスープ 0.8 g 塩 0.01g ■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 ■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 ■カルピス寒天 寒天 0.5 g 水 37 g カルピス 8 g ■星たべよ 星たべよ 1枚		■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		■牛乳 牛乳 100 g ■コロコロチーズパン ホットケーキミックス 15 g ヨーグルト 5 g 牛乳 2.5 g なたね油 2.4 g チーズ 8 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3月23日 (月) ~ 2026年3月29日 (日)

3月23日 (月)		3月24日 (火)		3月25日 (水)		3月26日 (木)		3月27日 (金)		3月28日 (土)		3月29日 (日)	
E 534 kcal	蛋白 20.0 g	E 480 kcal	蛋白 16.8 g	E 475 kcal	蛋白 19.0 g	E 550 kcal	蛋白 18.1 g	E 568 kcal	蛋白 21.8 g	E 462 kcal	蛋白 16.4 g		
脂質 12.6 g	食塩 1.5 g	脂質 17.9 g	食塩 1.7 g	脂質 11.6 g	食塩 1.2 g	脂質 20.3 g	食塩 1.7 g	脂質 22.0 g	食塩 1.6 g	脂質 13.4 g	食塩 1.3 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			
■たべっこベイビー たべっこベイビー 5 g		■ソフトサラダ ソフトサラダ 1枚		■ビスコ ビスコ 1枚		■バナナ バナナ 1/3本		■マリー マリービスケット 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	
■ご飯 米 50 g		■トマトスパゲティー スパゲティ 36 g		■ご飯 米 50 g		■オムライス 米 50 g		■ご飯 米 50 g		■中華丼 米 50 g			
■鯖の味噌煮 さば 1/2切		塩 0.01g		■牛肉のすき煮 牛肉 20 g		玉ねぎ 15 g		■鶏肉の香味焼き 鶏肉 2枚		豚肉 20 g			
酒 1.6 g		ベーコン 8 g		木綿豆腐 20 g		ミックスベジタブル 5 g		しょうが 0.1 g		玉ねぎ 20 g			
上白糖 2.4 g		マッシュルーム 8 g		糸こんにゃく 10 g		ウインナー 10 g		ねぎ 1 g		人参 6 g			
みりん 1.3 g		エリンギ 6 g		糸こんにゃく 10 g		なたね油 0.45g		濃口しょうゆ 2 g		白菜 30 g			
味噌 4 g		玉ねぎ 24 g		白菜 30 g		コンソメ 0.5 g		酒 0.5 g		椎茸 6 g			
しょうが 0.1 g		ピーマン 4 g		玉ねぎ 20 g		ケチャップ 5 g		塩 0.01g		なたね油 0.2 g			
濃口しょうゆ 2 g		なたね油 0.2 g		えのき 4 g		オムライス用たまご 1/2枚		上白糖 0.3 g		チキンスープ 1 g			
風味だし汁 4 g		トマトホール缶 16 g		人参 5 g		■大根とツナのサラダ 大根 30 g		ごま油 0.5 g		みりん 2 g			
大根 15 g		ケチャップ 8.2 g		濃口しょうゆ 1 g		ツナ 5 g		なたね油 2 g		濃口しょうゆ 0.01g			
濃口しょうゆ 0.3 g		■かぼちゃサラダ かぼちゃ 35 g		みりん 0.5 g		人参 5 g		インゲン 10 g		塩 0.7 g			
上白糖 0.15g		ミックスベジタブル 5 g		■ほうれん草のおかか和え ほうれん草 30 g		コーン 5 g		塩 0.01g		■わかめスープ わかめ 0.3 g			
■金平ごぼう ごぼう 22.4 g		エッグケア 6 g		人参 5 g		和風ドレッシング 4 g		■チンゲン菜の和え物 チンゲン菜 32 g		もやし 10 g			
人参 5 g		■コンソメスープ 玉ねぎ 10 g		粉かつお 0.3 g		■野菜スープ コンソメ 0.8 g		人参 5 g		玉ねぎ 8 g			
揚げ 3 g		コーン 3 g		濃口しょうゆ 0.8 g		うす口しょうゆ 0.5 g		コーン 5 g		チキンスープ 0.8 g			
ごま 1 g		人参 5 g		上白糖 0.3 g		塩 0.01g		濃口しょうゆ 1 g		塩 0.01g			
濃口しょうゆ 0.8 g		コンソメ 1 g		■しめじの味噌汁 しめじ 5 g		じゃが芋 10 g		上白糖 0.8 g		■黄桃 黄桃缶 30 g			
上白糖 0.8 g		うす口しょうゆ 0.5 g		玉ねぎ 10 g		玉ねぎ 8 g		■大根の味噌汁 大根 16 g					
ごま油 0.4 g		塩 0.01g		ねぎ 1 g		パセリ 0.01g		味噌 4 g					
■豆腐のすまし汁 絹ごし豆腐 12 g				味噌 4 g									
わかめ 0.3 g													
うす口しょうゆ 0.8 g													
塩 0.01g													
3時		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		■牛乳 牛乳 100 g		■牛乳 牛乳 100 g		■牛乳 牛乳 100 g			
■芋ぜんざい こしあん 40 g		■チーズもち じゃが芋 48 g		■野菜ジュース蒸しパン ホットケーキミックス 16 g		■ふのラスク おつゆ麩 8 g		■ウインナーパン ウインナー 20 g		■星たべよ 星たべよ 1枚			
塩 0.01g		片栗粉 3 g		上白糖 3.5 g		マーガリン 8 g		ホットケーキミックス 15 g		■源氏パイ 源氏パイ 1枚			
さつま芋 20 g		塩 0.1 g		野菜ジュース 10 g		上白糖 6 g		ヨーグルト 5 g					
■ぱりんこ ぱりんこ 1枚		チーズ 4.5 g						牛乳 2.5 g					
								なたね油 2.4 g					
								カレー粉 0.01g					

〈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3月30日 (月) ~ 2026年3月31日 (火)

3月30日 (月)		3月31日 (火)					
E	587 kcal 蛋白 21.0 g	E	455 kcal 蛋白 14.6 g				
脂質	23.4 g 食塩 1.6 g	脂質	14.3 g 食塩 1.6 g				
朝食		朝食					
■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 ■サッポロポテト 1オサッポロポテト 3 g					
昼食		昼食					
■鶏そぼろ丼 米 50 g 鶏ミンチ 36 g 玉ねぎ 18 g 濃口しょうゆ 1.2 g 上白糖 0.6 g みりん 0.48g 風味だし汁 21.6 g 片栗粉 0.36g なたね油 0.24g ほうれん草 18 g 人参 3.6 g 濃口しょうゆ 2.4 g 上白糖 1.2 g のり 0.6 g ■ひじき煮 揚げ 3 g ひじき 1.5 g インゲン 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 ■麩の味噌汁 おつゆ麩 1 g 玉ねぎ 12 g ねぎ 1 g 味噌 4 g		■ベーコンピラフ 米 50 g ベーコン 6 g 玉ねぎ 15 g 人参 6 g 塩 0.01g こしょう 0.01g コンソメ 1 g なたね油 0.2 g ■ブロッコリーのツナ和え ブロッコリー 22 g 人参 5 g ツナ 5 g 濃口しょうゆ 0.8 g 上白糖 0.3 g ■コンソメスープ コンソメ 1.1 g うす口しょうゆ 0.5 g 塩 0.01g ほうれん草 12 g 玉ねぎ 8 g 人参 2 g					
3時		3時					
■牛乳 牛乳 100 g ■フライドポテト シューストポテト 50 g 塩 0.01g バセリ 1 g 植物油 4 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					

〈栄養月報〉

現場 : 美木多いっちゃん保育園

年月日 : 2026年3月1日(日) ~ 2026年3月31日(火)

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	レチル活性	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩	
				kcal	g	g	mg	mg	mg	mg	μg	mg	mg	mg	g	g	
穀類	米	960.00	48.00	42.0	164	3.0	0.4	1	2	42	0.4	0	0.04	0.01	0	0.2	0.0
	パン類	40.00	2.00	12.0	6	0.2	0.1	9	0	2	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
	めん類	142.92	7.15	16.0	16	0.6	0.1	2	1	6	0.0	0	0.01	0.00	0	0.1	0.0
	その他の穀類	132.00	6.60	8.5	25	0.6	0.5	24	4	11	0.1	0	0.01	0.00	0	0.2	0.0
いも類	芋類	223.75	11.19	15.0	9	0.2	0.0	0	2	48	0.1	0	0.01	0.00	3	0.8	0.0
	いも類加工品	35.07	1.75	2.0	3	0.0	0.0	0	1	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
砂糖及び甘味類		91.27	4.56	5.5	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	120.26	6.01	7.5	6	0.5	0.5	1	7	7	0.1	0	0.01	0.00	0	0.1	0.0
	大豆、その他の豆類	3.13	0.16	3.0	1	0.1	0.0	0	0	3	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
種実類		3.25	0.16	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	786.78	39.34	30.0	13	0.7	0.1	14	27	104	0.3	171	0.02	0.03	9	1.2	0.0
	その他の野菜類	843.14	42.16	45.0	14	0.5	0.0	3	12	83	0.1	1	0.01	0.00	5	0.8	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	38.50	1.93	20.0	1	0.0	0.0	0	1	3	0.0	0	0.00	0.00	1	0.0	0.0
	果実加工品	129.75	6.49	4.0	5	0.0	0.0	0	0	6	0.0	1	0.00	0.00	1	0.1	0.0
きのこ類		55.38	2.77	3.5	1	0.1	0.0	3	0	9	0.0	0	0.00	0.01	0	0.1	0.0
藻類	藻類	4.65	0.23	0.5	1	0.1	0.0	6	2	8	0.0	2	0.00	0.00	0	0.1	0.0
魚介類	魚介類(生)	120.00	6.00	10.0	7	1.1	0.3	9	1	20	0.0	2	0.00	0.01	0	0.0	0.0
	干物、塩蔵、缶詰	17.88	0.89	2.0	2	0.2	0.1	8	1	3	0.0	1	0.00	0.00	0	0.0	0.0
	練製品	25.00	1.25	0.5	1	0.1	0.0	10	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
肉類	肉類(生)	405.00	20.25	15.0	45	3.5	3.3	11	1	56	0.2	5	0.05	0.04	0	0.0	0.0
	肉加工品	111.25	5.56	1.5	10	0.7	0.6	23	8	11	0.4	1	0.00	0.00	0	0.1	0.1
卵類		99.49	4.97	10.0	4	0.4	0.3	5	1	4	0.0	5	0.00	0.01	0	0.0	0.0
乳類	牛乳	2884.26	144.21	100.0	88	4.8	5.5	60	159	216	0.0	55	0.06	0.22	2	0.0	0.2
	乳製品	59.38	2.97	20.0	9	0.2	0.6	11	6	2	0.0	4	0.00	0.01	0	0.0	0.0
油脂類	植物性	91.75	4.59	2.0	32	0.0	3.4	26	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1
	動物性	12.50	0.63	1.0	5	0.0	0.5	0	0	0	0.0	5	0.00	0.00	0	0.0	0.0
調味料類	食塩	1.43	0.07	0.5	0	0.0	0.0	15	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
	醤油	43.19	2.16	3.8	1	0.2	0.0	129	0	8	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.4
	味噌	44.00	2.20	3.2	4	0.3	0.1	108	2	8	0.1	0	0.00	0.00	0	0.1	0.3
	その他の調味料	162.38	8.12	7.0	18	0.3	0.7	266	2	15	0.1	4	0.00	0.00	0	0.1	0.7
その他	その他	542.13	27.11	30.0	51	1.1	1.6	55	13	32	0.4	0	0.01	0.01	2	0.1	0.1
	その他 1	519.25	25.96	-	0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
合計					559	19.5	18.8	799	255	708	2.3	257	0.23	0.35	23	4.1	1.9
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					110.04	92.86	132.39	145.01	111.84	126.43	115.00	128.50	115.00	109.38	143.75	128.12	135.71

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
211 kcal	78 kcal	169 kcal	11.0 g	11.3 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
$\frac{211}{559} \times 100 = 37.7\%$	$100 - 30.3 - (\frac{19.5 \times 4}{559} \times 100) = 55.8\%$	$\frac{19.5 \times 4}{559} \times 100 = 14.0\%$	$\frac{18.8 \times 9}{559} \times 100 = 30.3\%$	$\frac{11.0}{19.5} \times 100 = 56.4\%$	$\frac{11.3}{18.8} \times 100 = 60.1\%$	255.0 : 325.0 = 1 : 1.3
P/S比	S : M : P					
$\frac{2.58}{6.76} = 0.38$	6.76	5.67	2.58 =			
	3	2.5	1.1			

<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3月2日 (月) ~ 2026年3月8日 (日)

3月2日 (月)			3月3日 (火)			3月4日 (水)			3月5日 (木)			3月6日 (金)			3月7日 (土)			3月8日 (日)		
E	634 kcal	蛋白 20.7 g	E	612 kcal	蛋白 16.7 g	E	550 kcal	蛋白 18.8 g	E	503 kcal	蛋白 15.8 g	E	558 kcal	蛋白 19.2 g	E	456 kcal	蛋白 17.5 g			
脂質	22.0 g	食塩 2.3 g	脂質	19.1 g	食塩 1.2 g	脂質	23.9 g	食塩 1.7 g	脂質	11.1 g	食塩 2.4 g	脂質	19.6 g	食塩 3.5 g	脂質	14.2 g	食塩 1.4 g			
朝食			朝食			朝食			朝食			朝食			朝食			朝食		
■ご飯 米 60 g ■メンチカツ メンチカツ 1+1/2個 植物油 4.38g ケチャップ 2.5 g とんかつソース 2.5 g ブロッコリー 12.5 g 塩 0.01g ■白菜のツナ和え 白菜 48.75g ツナ 6.25g 人参 6.25g 濃口しょうゆ 0.63g 上白糖 0.31g ■しめじの味噌汁 しめじ 6.25g 玉ねぎ 12.5 g ねぎ 1.25g 味噌 5 g			■ひなちらし寿司 米 60 g 酢 4.5 g 上白糖 3.5 g 塩 0.01g 揚げ 1.88g うす口しょうゆ 0.63g 上白糖 0.63g 錦糸玉子 7.5 g 人参 7.5 g インゲン 10 g 桜でんぶ 1.25g 干し椎茸 1 g のり 0.63g ひななまぼこ(おだいり)80g5.5cm 6.25g ひななまぼこ(おひな)80g 5.5cm 6.25g ■南瓜の煮付け かぼちゃ 50 g グリンピース 3.75g うす口しょうゆ 1.25g 上白糖 1.25g みりん 1.25g 風味だし汁 21.25g ■手鞠麩のすまし汁 手鞠麩 1.25g 玉ねぎ 10 g 菜の花 6.25g うす口しょうゆ 1 g 塩 0.01g			■ビビンバ風ごはん 米 60 g 牛ミンチ 43.75g うす口しょうゆ 1.25g 上白糖 0.63g ごま油 0.25g ほうれん草 22.5 g 大根 10 g 人参 10 g うす口しょうゆ 1.63g 上白糖 0.81g ごま油 0.25g ごま 1 g ■春雨サラダ 春雨 5 g 人参 5 g きゅうり 10 g エッグケア 5 g うす口しょうゆ 0.63g 塩 0.01g ■わかめスープ わかめ 0.38g 玉ねぎ 15 g コーン 3.75g テキンスープ 1 g 塩 0.01g			■ご飯 米 60 g ■鶏肉とじゃが芋のケチャップ煮 鶏肉 25 g じゃが芋 43.75g 玉ねぎ 25 g なたね油 1.25g コンソメ 0.75g ケチャップ 12.5 g ウスターソース 5 g 上白糖 3 g グリンピース 2.5 g ■小松菜のサラダ 小松菜 35 g 人参 6.25g コーン 3.75g 青じそドレッシング 5 g ■コンソメスープ 玉ねぎ 10 g 人参 6.25g コンソメ 1.25g うす口しょうゆ 0.63g 塩 0.01g			■ロールパン ロールパン 1個 ■クリームシチュー 鶏肉 25 g 玉ねぎ 40 g じゃが芋 25 g 人参 12.5 g ブロッコリー 10 g マッシュルーム 6.25g クリームシチュールー 18.75g コンソメ 0.63g 牛乳 20 g 水 42.5 g ■野菜サラダ キャベツ 31.25g パプリカ(赤) 6.25g コーン 3.75g 和風ドレッシング 5 g ■パイン缶 パイン缶 37.5 g			■五目うどん うどん 1/2玉 豚肉 25 g 細切り蒲鉾 6.25g 玉ねぎ 18.75g 人参 6.25g ねぎ 1.25g うす口しょうゆ 1.25g みりん 1.03g 風味だし汁 153.75g ■ほうれん草のおかか和え ほうれん草 37.5 g 人参 6.25g 粉かつお 0.38g 濃口しょうゆ 1.25g 上白糖 0.63g ■青りんごゼリー 青りんごゼリー 1個					
3時			3時			3時			3時			3時			3時			3時		
■牛乳 牛乳 150 g ■肉まん 肉まん 2個			■牛乳 牛乳 150 g ■いちごケーキ 小麦粉 12 g ベーキングパウダー 0.25g 鶏卵 6.5 g マーガリン 7.5 g 上白糖 8 g 牛乳 3 g いちご 1/2粒 ホイップ 11.25g			■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 0.01g			■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			■牛乳 牛乳 150 g ■マシュマロサンド 全粒粉クッキー 6枚 マシュマロ 3個			■牛乳 牛乳 150 g ■源氏パイ 源氏パイ 2枚 ■味しらべ 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: 2026年3月9日(月) ~ 2026年3月15日(日)

3月9日(月)			3月10日(火)			3月11日(水)			3月12日(木)			3月13日(金)			3月14日(土)			3月15日(日)		
E 750 kcal	蛋白 25.8 g		E 454 kcal	蛋白 17.0 g		E 513 kcal	蛋白 19.8 g		E 598 kcal	蛋白 18.9 g		E 161 kcal	蛋白 7.7 g		E 436 kcal	蛋白 16.1 g				
脂質 30.8 g	食塩 2.4 g		脂質 16.0 g	食塩 3.1 g		脂質 14.7 g	食塩 1.9 g		脂質 20.7 g	食塩 2.0 g		脂質 6.7 g	食塩 0.2 g		脂質 13.6 g	食塩 2.3 g				
昼食			昼食			昼食			昼食			昼食			昼食			昼食		
■ご飯 米 60 g ■麻婆豆腐 木綿豆腐 50 g 豚ミンチ 33.75g しょうが 0.63g 玉ねぎ 12.5 g 人参 6.25g ねぎ 1.88g なたね油 0.25g ごま油 0.25g チキンスープ 1.25g 濃口しょうゆ 2.5 g みりん 1.75g 味噌 4 g 水 26.25g 片栗粉 1.13g ■餃子 餃子 2個 ■野菜スープ 玉ねぎ 15 g もやし 15 g 人参 4.5 g コーン 3.75g チキンスープ 1 g 塩 0.01g			■ちゃんぽんめん 中華そば 2/3玉 豚肉 18.75g 玉ねぎ 12.5 g もやし 12.5 g キャベツ 6.25g 人参 6.25g 細切り蒲鉾 6.25g ねぎ 1.25g 白湯ラーメンスープ 16.25g 水 162.5 g ■チンゲン菜の和え物 チンゲン菜 40 g 人参 6.25g うす口しょうゆ 1 g 上白糖 0.38g ■みかん缶 みかん缶 37.5 g			■ご飯 米 60 g ■白身魚の照り焼き ホキ 1/2切 1.25g 濃口しょうゆ 2.5 g みりん 2.5 g 上白糖 1.25g 酒 1.25g 小松菜 18.75g 濃口しょうゆ 0.38g 上白糖 0.19g ■切干大根の煮物 切干大根 4.5 g 揚げ 3.75g 人参 5 g 干し椎茸 0.63g うす口しょうゆ 1.25g 上白糖 1.25g みりん 1.25g 風味だし汁 21.25g なたね油 0.13g ■白菜の味噌汁 白菜 12.5 g しめじ 6.25g ねぎ 1.25g 味噌 5 g			■☆お誕生日会☆ ■ご飯 米 60 g ■煮込みハンバーグ 国産ハンバーグ 1+1/2個 デミソース 18.75g ケチャップ 8.44g 人参 12.5 g コンソメ 0.25g 上白糖 0.25g ■ブロッコリーのマヨ和え ブロッコリー 27.5 g 人参 6.25g エッグケア 3.75g ■オニオンスープ コンソメ 1 g うす口しょうゆ 0.63g 塩 0.01g 玉ねぎ 17.5 g 人参 4.5 g パセリ 0.13g			■お弁当会			■焼きそば 焼きそば 2/3玉 豚肉 25 g キャベツ 15 g 玉ねぎ 12.5 g 人参 5 g なたね油 0.25g 焼きそばソース 7.5 g お好みソース 7.5 g 濃口しょうゆ 0.1 g 塩 0.01g 粉かつお 0.63g 青のり 0.13g ■わかめの味噌汁 わかめ 0.75g 玉ねぎ 12.5 g ねぎ 1.25g 味噌 5 g ■ストロベリーゼリー ストロベリーゼリー 1個					
3時			3時			3時			3時			3時			3時			3時		
■牛乳 牛乳 150 g ■マドレーヌ 小麦粉 12.5 g 無塩バター 12.5 g 上白糖 10 g ベーキングパウダー 0.06g 鶏卵 12.5 g レモン 4 g			■牛乳 牛乳 150 g ■ちんすこう 小麦粉 12.5 g 上白糖 6.63g 片栗粉 3.75g なたね油 6.63g			■牛乳 牛乳 150 g ■りんごジャムパイ パイシート 18.75g りんごジャム 12.5 g			■牛乳 牛乳 150 g ■プリンアラモード プリンミックス 16.13g 水 68.75g ホイップ 10 g 黄桃缶 12.5 g			■牛乳 牛乳 150 g ■マカロニきな粉 マカロニ 11.25g きな粉 3.13g 上白糖 3.13g			■牛乳 牛乳 150 g ■アスパラガスビスケット アスパラガスビスケット 1/3n'ヶ ■ハッピーターン ハッピーターン 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 : 2026年3月16日 (月) ~ 2026年3月22日 (日)

3月16日 (月)				3月17日 (火)				3月18日 (水)				3月19日 (木)				3月20日 (金)				3月21日 (土)				3月22日 (日)			
E	482 kcal	蛋白	20.0 g	E	591 kcal	蛋白	22.7 g	E	793 kcal	蛋白	17.4 g	E	522 kcal	蛋白	22.3 g	E	kcal	蛋白	g	E	453 kcal	蛋白	12.6 g				
脂質	10.1 g	食塩	0.9 g	脂質	24.1 g	食塩	1.7 g	脂質	36.9 g	食塩	3.5 g	脂質	14.4 g	食塩	2.1 g	脂質	g	食塩	g	脂質	8.6 g	食塩	1.4 g				
朝食				朝食				朝食				朝食				朝食				朝食							
■豚丼 米 60 g 豚肉 37.5 g 玉ねぎ 37.5 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 みりん 2.25g 上白糖 1.75g ■ブロッコリーのごま和え ブロッコリー 27.5 g 人参 6.25g ごま 1 g 濃口しょうゆ 0.63g 上白糖 0.39g ■えのきのすまし汁 えのき 6.25g 玉ねぎ 12.5 g ねぎ 1.25g うす口しょうゆ 1 g 塩 0.01g				■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 キャベツ 18.75g 塩 0.13g ■ポパイサラダ ほうれん草 43.75g 人参 6.25g ハム 3.75g エッグケア 5 g ■豆腐の味噌汁 絹ごし豆腐 15 g 玉ねぎ 10 g ねぎ 1.25g 味噌 5 g				■カレーライス 米 60 g 牛肉 31.25g じゃが芋 20 g 玉ねぎ 37.5 g 人参 12.5 g カレールー 20 g なたね油 0.25g 水 62.5 g ■白菜のじゃこ和え 白菜 48.75g 人参 6.25g ちりめんじゃこ 3.75g うす口しょうゆ 1 g 上白糖 0.38g ■オレンジ オレンジ 2/6玉				■ご飯 米 60 g ■白身魚の幽庵焼き ホキ 1/2切 酒 1.13g 濃口しょうゆ 1.25g 上白糖 0.75g 風味だし汁 4.75g レモン果汁 1 g かぼちゃ 12.5 g 濃口しょうゆ 0.38g 上白糖 0.19g ■小松菜の煮浸し 小松菜 37.5 g 人参 6.25g 揚げ 2.13g うす口しょうゆ 0.63g 上白糖 0.63g みりん 0.63g 風味だし汁 10 g ■ちくわの味噌汁 ちくわ 6.25g 玉ねぎ 17.5 g ねぎ 1.25g 味噌 5 g				■春分の日				■ピラフ 米 60 g 玉ねぎ 18.75g ミックスベジタブル 18.75g ウインナー 18.75g 塩 0.01g コンソメ 1 g なたね油 0.25g ■春雨スープ 春雨 6.25g 玉ねぎ 10 g 人参 6.25g チキンスープ 1 g 塩 0.01g ■みかん缶 みかん缶 37.5 g							
3時				3時				3時				3時				3時				3時							
■牛乳 牛乳 150 g ■スイートポテト さつまいも 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 ■カルピス寒天 寒天 0.63g 水 46.25g カルピス 10 g ■星たべよ 星たべよ 2枚				■牛乳 牛乳 150 g ■ホットケーキ ホットケーキ 1枚 メープルシロップ 3.13g				■牛乳 牛乳 150 g ■コロコロチーズパン ホットケーキミックス 18.75g ヨーグルト 6.25g 牛乳 3.13g なたね油 3 g チーズ 10 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							

<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3月23日(月) ~ 2026年3月29日(日)

3月23日(月)			3月24日(火)			3月25日(水)			3月26日(木)			3月27日(金)			3月28日(土)			3月29日(日)		
E	567 kcal	蛋白 18.7 g	E	498 kcal	蛋白 17.3 g	E	495 kcal	蛋白 20.2 g	E	621 kcal	蛋白 20.5 g	E	626 kcal	蛋白 24.8 g	E	544 kcal	蛋白 17.6 g			
脂質	10.3 g	食塩 1.8 g	脂質	17.4 g	食塩 1.9 g	脂質	9.4 g	食塩 1.4 g	脂質	23.1 g	食塩 2.2 g	脂質	23.9 g	食塩 2.1 g	脂質	14.8 g	食塩 1.4 g			
朝食			朝食			朝食			朝食			朝食			朝食			朝食		
■ご飯 米 60 g ■鯖の味噌煮 さば 1/2切 酒 2 g 上白糖 3 g みりん 1.63g 味噌 5 g しょうが 0.13g 濃口しょうゆ 2.5 g 風味だし汁 5 g 大根 18.75g 濃口しょうゆ 0.38g 上白糖 0.19g ■金平ごぼう ごぼう 28 g 人参 6.25g 揚げ 3.75g ごま 1.25g 濃口しょうゆ 1 g 上白糖 1 g ごま油 0.5 g ■豆腐のすまし汁 絹ごし豆腐 15 g わかめ 0.38g うす口しょうゆ 1 g 塩 0.01g			■トマトスパゲティ スパゲティ 45 g 塩 0.01g ベーコン 10 g マッシュルーム 10 g エリンギ 7.5 g 玉ねぎ 30 g ピーマン 5 g なたね油 0.25g トマトホール缶 20 g ケチャップ 10.25g ■かぼちゃサラダ かぼちゃ 43.75g ミックスベジタブル 6.25g エッグケア 7.5 g ■コンソメスープ 玉ねぎ 12.5 g 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			■ご飯 米 60 g ■牛肉のすき煮 牛肉 25 g 木綿豆腐 25 g 糸こんにゃく 12.5 g 白菜 37.5 g 玉ねぎ 25 g えのき 5 g 人参 6.25g 濃口しょうゆ 1.25g 上白糖 0.63g みりん 0.63g ■ほうれん草のおかか和え ほうれん草 37.5 g 人参 6.25g 粉かつお 0.38g 濃口しょうゆ 1 g 上白糖 0.38g ■しめじの味噌汁 しめじ 6.25g 玉ねぎ 12.5 g ねぎ 1.25g 味噌 5 g			■オムライス 米 60 g 玉ねぎ 18.75g ミックスベジタブル 6.25g ウインナー 12.5 g なたね油 0.56g コンソメ 0.63g ケチャップ 6.25g オムライス用たまご 1枚 ■大根とツナのサラダ 大根 37.5 g ツナ 6.25g 人参 6.25g コーン 6.25g 和風ドレッシング 5 g ■野菜スープ コンソメ 1 g うす口しょうゆ 0.63g 塩 0.01g じゃが芋 12.5 g 玉ねぎ 10 g 人参 6.25g パセリ 0.01g			■ご飯 米 60 g ■鶏肉の香味焼き 鶏肉 3枚 しょうが 0.13g ねぎ 1.25g 濃口しょうゆ 2.5 g 酒 0.63g 塩 0.01g 上白糖 0.38g ごま油 0.63g なたね油 2.5 g インゲン 12.5 g 塩 0.01g ■チンゲン菜の和え物 チンゲン菜 40 g 人参 6.25g コーン 6.25g 濃口しょうゆ 1.25g 上白糖 1 g ■大根の味噌汁 大根 20 g 人参 6.25g ねぎ 1.25g 味噌 5 g			■中華丼 豚肉 25 g 玉ねぎ 25 g 人参 7.5 g 白菜 37.5 g 椎茸 7.5 g なたね油 0.25g チキンスープ 1.25g みりん 2.5 g 濃口しょうゆ 0.01g 塩 0.01g 片栗粉 0.88g ■わかめスープ わかめ 0.38g もやし 12.5 g 玉ねぎ 10 g チキンスープ 1 g 塩 0.01g ■黄桃 黄桃缶 37.5 g					
3時			3時			3時			3時			3時			3時			3時		
■お茶 ほうじ茶 150 g ■芋ぜんざい こしあん 50 g 塩 0.01g さつま芋 25 g ■ぱりんこ ぱりんこ 2枚			■牛乳 牛乳 150 g ■チーズもち じゃが芋 60 g 片栗粉 3.75g 塩 0.13g チーズ 5.63g			■牛乳 牛乳 150 g ■野菜ジュース蒸しパン ホットケーキミックス 20 g 上白糖 4.38g 野菜ジュース 12.5 g			■牛乳 牛乳 150 g ■ふのラスク おつゆ麩 10 g マーガリン 10 g 上白糖 7.5 g			■牛乳 牛乳 150 g ■ウインナーパン ウインナー 25 g ホットケーキミックス 18.75g ヨーグルト 6.25g 牛乳 3.13g なたね油 3 g カレー粉 0.01g			■牛乳 牛乳 150 g ■星たべよ 星たべよ 2枚 ■源氏パイ 源氏パイ 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 : 2026年3月30日 (月) ~ 2026年3月31日 (火)

3月30日 (月)		3月31日 (火)					
E	655 kcal	蛋白	22.8 g	E	479 kcal	蛋白	14.5 g
脂質	25.3 g	食塩	1.8 g	脂質	14.2 g	食塩	1.9 g
昼食		昼食					
■鶏そぼろ丼		■ベーコンピラフ					
米	60 g	米	60 g				
鶏ミンチ	45 g	ベーコン	7.5 g				
玉ねぎ	22.5 g	玉ねぎ	18.75g				
濃口しょうゆ	1.5 g	人参	7.5 g				
上白糖	0.75g	塩	0.01g				
みりん	0.6 g	こしょう	0.01g				
風味だし汁	27 g	コンソメ	1.25g				
片栗粉	0.45g	なたね油	0.25g				
なたね油	0.3 g	■ブロッコリーのツナ和え					
ほうれん草	22.5 g	ブロッコリー	27.5 g				
人参	4.5 g	人参	6.25g				
濃口しょうゆ	3 g	ツナ	6.25g				
上白糖	1.5 g	濃口しょうゆ	1 g				
のり	0.75g	上白糖	0.38g				
■ひじき煮		■コンソメスープ					
揚げ	3.75g	コンソメ	1.38g				
ひじき	1.88g	うす口しょうゆ	0.63g				
インゲン	3.75g	塩	0.01g				
人参	3.75g	ほうれん草	15 g				
うす口しょうゆ	1.25g	玉ねぎ	10 g				
上白糖	1.25g	人参	2.5 g				
みりん	1.25g						
風味だし汁	21.25g						
■麩の味噌汁							
おつゆ麩	1.25g						
玉ねぎ	15 g						
ねぎ	1.25g						
味噌	5 g						
3時		3時					
■牛乳		■牛乳					
牛乳	150 g	牛乳	150 g				
■フライドポテト		■ジャムクラッカーサンド					
シューストポテト	62.5 g	全粒粉クラッカー	6枚				
塩	0.01g	いちごジャム	5 g				
パセリ	1.25g						
植物油	5 g						