

<栄養月報>

現場：美木多いっちゃん保育園
年月日：2026年10月1日（木）～2026年10月31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													食物繊維	食塩
					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				
		g	g	g	kcal	g	g	mg	mg	mg	mg	μg	mg	mg	mg	g	g		
穀類	米	936.00	44.57	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	58.50	2.79	7.0	8	0.2	0.2	13	1	2	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		
	めん類	122.17	5.82	12.0	14	0.4	0.1	2	0	5	0.0	0	0.01	0.00	0	0.1	0.0		
	その他の穀類	134.91	6.42	6.5	22	0.6	0.4	23	3	10	0.1	0	0.01	0.00	0	0.1	0.0		
いも類	芋類	183.00	8.71	12.0	9	0.1	0.0	1	2	39	0.1	0	0.01	0.00	2	0.4	0.0		
	いも類加工品	20.60	0.98	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		73.61	3.51	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	42.25	2.01	6.0	3	0.2	0.2	1	3	2	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		
	大豆、その他の豆類	9.30	0.44	2.5	1	0.1	0.1	0	0	4	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		
種実類		1.60	0.08	0.6	0	0.0	0.0	0	1	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		
野菜類	緑黄色野菜	664.45	31.64	25.0	10	0.5	0.0	19	25	91	0.3	145	0.02	0.03	8	0.8	0.0		
	その他の野菜類	789.28	37.58	35.0	13	0.4	0.0	6	10	71	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	143.24	6.82	20.0	6	0.1	0.0	0	1	20	0.0	1	0.00	0.00	2	0.1	0.0		
	果実加工品	127.00	6.05	3.5	4	0.0	0.0	0	0	6	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		
きのこ類		61.10	2.91	3.0	1	0.1	0.0	1	0	10	0.0	0	0.00	0.01	0	0.1	0.0		
藻類	藻類	5.66	0.27	0.5	1	0.0	0.0	11	2	8	0.0	1	0.00	0.00	0	0.1	0.0		
魚介類	魚介類（生）	160.00	7.62	10.0	11	1.5	0.6	8	1	31	0.1	2	0.01	0.02	0	0.0	0.0		
	干物、塩蔵、缶詰	37.85	1.80	2.5	5	0.4	0.4	9	1	5	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		
	練製品	23.33	1.11	0.5	1	0.1	0.0	9	0	1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		
肉類	肉類（生）	384.10	18.29	13.0	32	3.5	1.9	12	1	59	0.2	4	0.09	0.04	0	0.0	0.0		
	肉加工品	20.00	0.95	1.5	2	0.1	0.1	6	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		
卵類		62.20	2.96	5.5	4	0.4	0.3	4	1	4	0.0	6	0.00	0.01	0	0.0	0.0		
乳類	牛乳	3963.16	188.72	160.0	115	6.2	7.2	77	208	283	0.0	72	0.08	0.28	2	0.0	0.2		
	乳製品	5.00	0.24	20.0	0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		
油脂類	植物性	66.98	3.19	1.5	23	0.0	2.5	17	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		
	動物性	7.00	0.33	0.5	2	0.0	0.3	3	0	0	0.0	2	0.00	0.00	0	0.0	0.0		
調味料類	食塩	0.22	0.01	0.2	0	0.0	0.0	4	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		
	醤油	39.50	1.88	2.0	1	0.1	0.0	109	0	7	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.3		
	味噌	39.70	1.89	2.0	3	0.2	0.1	93	2	7	0.1	0	0.00	0.00	0	0.1	0.2		
	その他の調味料	103.80	4.94	4.5	13	0.2	0.4	185	3	11	0.0	1	0.00	0.00	0	0.1	0.5		
その他	その他	631.90	30.09	25.0	40	0.8	1.4	56	20	14	0.5	0	0.01	0.01	0	0.1	0.1		
	その他 1	1748.30	83.25	-	0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		
合計					512	19.0	16.6	670	288	730	1.9	235	0.29	0.42	20	3.0	1.3		
基準値					463	19.1	12.8	551	213	0	2.0	188	0.20	0.28	18	0.0	1.4		
充足率					110.58	99.48	129.69	121.60	135.21	-	95.00	125.00	145.00	150.00	111.11	-	92.86		

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
198 kcal	76 kcal	149 kcal	12.3 g	10.0 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	
$\frac{198}{512} \times 100 =$	38.7 %	$100 - 29.2 - (\frac{19.0 \times 4}{512} \times 100) =$	56.0 %	$\frac{19.0 \times 4}{512} \times 100 =$	14.8 %	$\frac{16.6 \times 9}{512} \times 100 =$	29.2 %	$\frac{12.3}{19.0} \times 100 =$	64.7 %	$\frac{10.0}{16.6} \times 100 =$	60.2 %	$\frac{288.0}{1} : \frac{343.0}{1.2} =$	
P / S 比		S : M : P											
$\frac{2.29}{6.69} =$	0.34	6.69	:	4.65	:	2.29	=	3	:	2.1	:	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：乳児

年月日：2026年10月1日（木）～2026年10月4日（日）

			10月1日（木）				10月2日（金）				10月3日（土）				10月4日（日）	
			E	387 kcal	蛋白	15.6 g	E	544 kcal	蛋白	16.7 g	E	183 kcal	蛋白	7.0 g		
			脂質	9.2 g	食塩	1.2 g	脂質	20.3 g	食塩	1.6 g	脂質	9.7 g	食塩	0.4 g		
			朝食				朝食				朝食				朝食	
			■牛乳				■牛乳				■牛乳					
			牛乳				牛乳				牛乳					
			■バナナ				■ソフトサラダ				■味しらべ					
			バナナ				ソフトサラダ				味しらべ					
			100 g				100 g				100 g					
			1/3本				1枚				1枚					
			昼食				昼食				昼食				昼食	
			■五目うどん				■ご飯				■お弁当会					
			うどん				米									
			1/3玉				50 g									
			豚肉				■メンチカツ									
			20 g				メンチカツ									
			5 g				1個									
			細切り蒲鉾				植物油									
			15 g				4.5 g									
			椎茸				ケチャップ									
			5 g				2 g									
			ねぎ				とんかつソース									
			1.5 g				2 g									
			うす口しょうゆ				インゲン									
			1 g				10 g									
			みりん				上白糖									
			0.8 g				0.15g									
			風味だし汁				濃口しょうゆ									
			123 g				0.3 g									
			■大根とわかめのさっぱり和え				■ほうれん草とツナのサラダ									
			大根				ほうれん草									
			30 g				32 g									
			わかめ				ツナ									
			0.4 g				5 g									
			人参				人参									
			3.6 g				5 g									
			青じそドレッシング				エッグケア									
			3 g				3 g									
			■青りんごゼリー				■コンソメスープ									
			青りんごゼリー				玉ねぎ									
			1個				14 g									
							人参									
							5 g									
							パセリ									
							1 g									
							うす口しょうゆ									
							0.4 g									
							コンソメ									
							0.8 g									
							塩									
							0.01g									
							80 g									
			3時				3時				3時				3時	
			■牛乳				■牛乳				■牛乳					
			牛乳				牛乳				牛乳					
			100 g				100 g				100 g					
			■さつま芋蒸しパン				■杏仁豆腐				■星たべよ					
			さつま芋				パイン缶				星たべよ					
			15 g				16 g				1枚					
			ホットケーキミックス				黄桃缶				■ラムネ					
			13 g				17 g				ラムネ					
			上白糖				杏仁豆腐									
			1.5 g				14 g				1個					
			牛乳													
			4.96g													

<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10月5日（月）～2026年10月11日（日）

10月5日（月）				10月6日（火）				10月7日（水）				10月8日（木）				10月9日（金）				10月10日（土）				10月11日（日）			
E	521 kcal	蛋白	19.5 g	E	490 kcal	蛋白	21.3 g	E	538 kcal	蛋白	25.2 g	E	533 kcal	蛋白	21.2 g	E	476 kcal	蛋白	21.7 g	E	kcal	蛋白	g				
脂質	15.5 g	食塩	1.5 g	脂質	15.9 g	食塩	1.2 g	脂質	17.9 g	食塩	2.0 g	脂質	16.2 g	食塩	1.2 g	脂質	13.4 g	食塩	1.1 g	脂質	g	食塩	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				牛乳				牛乳				牛乳											
100 g				100 g				100 g				100 g				100 g											
■たべっこベビー				■サッポロポテト				■ビスコ				■バナナ				■ソフトサラダ											
たべっこベビー				1才サッポロポテト				ビスコ				バナナ				ソフトサラダ											
5 g				3 g				1枚				1/3本				1枚											
昼食				昼食				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				■運動会							
米				米				米				米				米											
50 g				50 g				50 g				50 g				50 g											
■ホイコーロー				■白身魚の香味焼き				■豆腐のチャンブルー				■マカロニチキン				豚肉											
豚肉				ホキ				鶏卵				マカロニ				20 g											
25 g				1/2切				17.5 g				6.5 g				2 g											
キャベツ				しょうが				木綿豆腐				玉ねぎ				高野豆腐											
25 g				0.1 g				22 g				24 g				30 g											
玉ねぎ				ねぎ				豚肉				鶏肉				8 g											
20 g				1 g				もやし				しめじ				1 g											
人参				濃口しょうゆ				10 g				なたね油				鶏卵											
3 g				1 g				12 g				0.2 g				20 g											
ピーマン				上白糖				5 g				トマトホール缶				濃口しょうゆ											
6 g				0.2 g				5.4 g				11 g				1 g											
濃口しょうゆ				酒				0.3 g				上白糖				0.5 g											
1 g				0.25g				2 g				0.1 g				0.5 g											
味噌				塩				0.2 g				塩				0.01g											
4 g				0.01g				0.2 g				1 g				■カリフラワーの和え物											
酒				ごま油				39 g				■小松菜のごまだれ和え				カリフラワー											
1.7 g				0.2 g				5 g				小松菜				25 g											
上白糖				インゲン				5 g				ツナ				人参											
1.2 g				10 g				0.8 g				5 g				濃口しょうゆ											
なたね油				濃口しょうゆ				0.5 g				ごまだれ				上白糖											
1.2 g				0.3 g				0.01g				■オニオンスープ				0.3 g											
■餃子				上白糖				5 g				玉ねぎ				14 g											
餃子				1個				えのき				人参				わかめ											
1個				■ブロッコリーのおかか和え				5 g				1 g				味噌											
■春雨スープ				ブロッコリー				5 g				コンソメ				風味だし汁											
春雨				22 g				1.5 g				うす口しょうゆ				80 g											
4 g				5 g				0.01g				塩															
人参				かつお節				5 g				水															
5 g				0.3 g				5 g																			
にら				濃口しょうゆ				0.8 g																			
5 g				0.5 g				0.5 g																			
チキンスープ				上白糖				0.5 g																			
0.8 g				0.31g				■えのきのすまし汁																			
塩				■じゃが芋の味噌汁				5 g				玉ねぎ				4 g											
0.01g				じゃが芋				5 g				10 g				80 g											
水				玉ねぎ				5 g				みつば															
80 g				10 g				1 g				うす口しょうゆ															
				ねぎ				1.5 g																			
				味噌				0.01g																			
				風味だし汁																							
				80 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				牛乳				牛乳				牛乳				牛乳											
100 g				100 g				100 g				100 g				100 g											
■ジャムクラッカーサンド				■ふのラスク				■ウインナーパン				■フルーツ寒天				■マカロニきな粉											
全粒粉ｸｯｶｰ				おつゆ麩				ウインナー				黄桃缶				マカロニ											
4枚				8 g				20 g				10 g				9 g											
いちごジャム				マーガリン				ホットケーキミックス				パイン缶				きな粉											
4 g				8 g				15 g				10 g				2.5 g											
				上白糖				ヨーグルト				寒天				上白糖											
				6 g				5 g				0.5 g				2.5 g											
								牛乳				上白糖				3 g											
								2.5 g				水				40 g											
								なたね油																			
								ケチャップ																			
								4 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10月12日（月）～2026年10月18日（日）

10月12日（月）				10月13日（火）				10月14日（水）				10月15日（木）				10月16日（金）				10月17日（土）				10月18日（日）			
E	kcal	蛋白	g	E	452 kcal	蛋白	19.1 g	E	532 kcal	蛋白	22.2 g	E	502 kcal	蛋白	19.5 g	E	566 kcal	蛋白	18.4 g	E	326 kcal	蛋白	15.3 g				
脂質	g	食塩	g	脂質	11.8 g	食塩	1.3 g	脂質	18.9 g	食塩	1.3 g	脂質	15.4 g	食塩	1.1 g	脂質	20.3 g	食塩	2.6 g	脂質	10.2 g	食塩	1.5 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 ■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							
■スポーツの日				■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 ■ほうれん草のごま和え ほうれん草 30 g 人参 5 g ごま 0.8 g 濃口しょうゆ 0.5 g 上白糖 0.31g ■大根の味噌汁 大根 15 g 人参 5 g ねぎ 1 g 味噌 4 g 風味だし汁 80 g				■ご飯 米 50 g ■さわらの照り焼き さわら 1/2切 しょうが 0.2 g 上白糖 0.6 g 濃口しょうゆ 0.8 g みりん 0.8 g 人参 10 g 濃口しょうゆ 0.3 g 上白糖 0.1 g ■ひじき煮 揚げ 2.85g ひじき 2 g グリーンピース 2.85g 人参 2.85g 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 ■かぼちゃの味噌汁 かぼちゃ 10 g 玉ねぎ 10 g ねぎ 1 g 味噌 4 g 風味だし汁 80 g				■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 ■小松菜とじゃこ和え 小松菜 28 g 人参 5 g ちりめんじゃこ 3 g 濃口しょうゆ 0.2 g 上白糖 0.3 g ■オニオンスープ 玉ねぎ 15 g 人参 5 g パセリ 1 g コンソメ 0.8 g うす口しょうゆ 0.4 g 塩 0.01g 水 80 g				■きのこカレー 米 50 g 豚ミンチ 25 g じゃが芋 16 g 玉ねぎ 25 g 人参 5 g しめじ 8 g エリンギ 8 g カレールー 16 g なたね油 0.2 g 水 50 g ■わかめのさっぱり和え わかめ 0.4 g キャベツ 30 g 人参 5 g ボン酢 1 g 上白糖 0.5 g ごま油 0.01g ■オレンジ オレンジ 1/6玉				■中華そば 中華そば 1/2玉 豚肉 15 g コーン 3 g もやし 20 g 人参 5 g チンゲン菜 10 g チキンスープ 1 g 塩 0.01g 濃口しょうゆ 3.5 g ごま油 0.3 g 水 160 g ■ブロッコリーの和え物 ブロッコリー 22 g 人参 4 g 濃口しょうゆ 1 g 上白糖 0.3 g ■パイン缶 パイン缶 30 g							
3 時				3 時				3 時				3 時				3 時				3 時							
				■牛乳 牛乳 100 g ■りんご寒天 アップルジュース 36 g 寒天 0.36g 上白糖 2.16g 水 10.8 g ■星たべよ 星たべよ 1枚				■牛乳 牛乳 100 g ■ももケーキ 小麦粉 6.2 g ベーキングパウダー 0.63g 鶏卵 13.5 g マーガリン 3.8 g 上白糖 6.3 g 牛乳 2.5 g 黄桃缶 8 g				■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 ■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 ■きな粉餅せんべい きなこ餅 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10月19日（月）～2026年10月25日（日）

10月19日（月）				10月20日（火）				10月21日（水）				10月22日（木）				10月23日（金）				10月24日（土）				10月25日（日）	
E 583 kcal	蛋白 20.2 g	脂質 20.5 g	蛋白 1.4 g	E 522 kcal	蛋白 17.7 g	脂質 15.0 g	蛋白 1.6 g	E 552 kcal	蛋白 19.5 g	脂質 19.5 g	蛋白 1.8 g	E 415 kcal	蛋白 17.0 g	脂質 11.2 g	蛋白 1.2 g	E 525 kcal	蛋白 19.8 g	脂質 20.6 g	蛋白 1.8 g	E 454 kcal	蛋白 15.7 g	脂質 13.9 g	蛋白 1.0 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				■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				■バナナ バナナ 1/3本				■ソフトサラダ ソフトサラダ 1枚				■味しらべ 味しらべ 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				■☆お誕生日会☆ ■ご飯 米 50 g				■きのご飯 米 50 g				■タコライス風 米 50 g				■ピラフ 米 50 g					
■麻婆はるさめ 春雨 5 g				■肉じゃが 牛肉 20 g				■鶏の唐揚げ 鶏肉 2枚				しめじ 4 g				豚ミンチ 28 g				鶏肉 25 g					
豚ミンチ 30 g				じゃが芋 25 g				しょうが 0.1 g				えのき 4 g				玉ねぎ 20 g				玉ねぎ 15 g					
しょうが 0.5 g				玉ねぎ 20 g				しょうが 1.6 g				まいたけ 4 g				0.01g				ミックスベジタブル 15 g					
玉ねぎ 15 g				人参 5 g				濃厚しょうゆ 1.6 g				人参 3.6 g				ケチャップ 5 g				塩 0.01g					
人参 5 g				糸こんにゃく 5 g				みりん 0.8 g				揚げ 2 g				コンソメ 1 g				塩 0.8 g					
ねぎ 1.5 g				インゲン 10 g				片栗粉 2 g				酒 1 g				ウスターソース 1 g				なたね油 0.2 g					
ごま油 0.2 g				なたね油 0.2 g				植物油 2.5 g				塩 0.01g				キャベツ 20 g				■具だくさんスープ じゃが芋 16 g					
みりん 1.4 g				濃厚しょうゆ 5.5 g				インゲン 10 g				うす口しょうゆ 1 g				塩 0.01g				玉ねぎ 8 g					
濃厚しょうゆ 1 g				上白糖 3.5 g				濃厚しょうゆ 0.3 g				■鯖の塩焼き さば 1/2切				トマト 10 g				人参 3.6 g					
味噌 1.6 g				みりん 2 g				上白糖 0.15g				■大根サラダ 大根 25 g				■ブロッコリーとツナのサラダ ブロッコリー 32 g				コンソメ 0.8 g					
赤だし 1.6 g				■チンゲン菜のさっぱり和え チンゲン菜 32 g				■大根サラダ 大根 25 g				塩 0.01g				ツナ 5 g				うす口しょうゆ 0.2 g					
水 21 g				人参 5 g				人参 5 g				酒 0.7 g				人参 3.6 g				塩 0.01g					
片栗粉 0.9 g				コーン 5 g				きゅうり 5 g				チンゲン菜 15 g				和風ドレッシング 4 g				水 80 g					
■焼売 焼売 2個				ポロネーズ 1 g				青じそドレッシング 4 g				濃厚しょうゆ 0.3 g				■コンソメスープ 玉ねぎ 8 g				■黄桃 黄桃缶 30 g					
■中華スープ 人参 5 g				上白糖 0.2 g				■コーンスープ クリームコーン 33 g				上白糖 0.15g				■さつまいもの味噌汁 さつまいも 12 g				人参 5 g					
玉ねぎ 10 g				ごま油 0.2 g				玉ねぎ 15 g				■さつまいもの味噌汁 さつまいも 12 g				玉ねぎ 8 g				パセリ 1 g					
わかめ 0.3 g				■豆腐の味噌汁 絹ごし豆腐 10 g				パセリ 1 g				ねぎ 1 g				コンソメ 0.8 g				コンソメ 0.8 g					
チキンスープ 0.8 g				人参 5 g				コンソメ 1.62g				味噌 4.5 g				うす口しょうゆ 0.4 g				うす口しょうゆ 0.4 g					
塩 0.01g				ねぎ 1 g				塩 0.01g				風味だし汁 80 g				塩 0.01g				塩 0.01g					
水 80 g				味噌 4 g				水 80 g								水 80 g				水 80 g					
風味だし汁 80 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				■お茶 ほうじ茶 100 g				■牛乳 牛乳 100 g				■牛乳 牛乳 100 g					
■さつま芋のバター焼き さつま芋 50 g				■ちんすこう 小麦粉 10.5 g				■プリン プリンミックス 12.9 g				■柿 柿 1/8玉				■シュガーパイ パイシート 15 g				■ぱりんこ ぱりんこ 1枚					
有塩バター 5 g				片栗粉 3 g				水 55 g				■星たべよ 星たべよ 1枚				グラニュー糖 3 g				■ぼたぼた焼き ぼたぼた焼 1枚					
				上白糖 5.3 g				■ウエハース マンナウエハース 1枚																	
				なたね油 4.72g																					

<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10月26日（月）～2026年10月31日（土）

10月26日（月）				10月27日（火）				10月28日（水）				10月29日（木）				10月30日（金）				10月31日（土）			
E	649 kcal	蛋白	20.4 g	E	513 kcal	蛋白	17.4 g	E	391 kcal	蛋白	14.3 g	E	525 kcal	蛋白	18.0 g	E	571 kcal	蛋白	22.1 g	E	488 kcal	蛋白	18.8 g
脂質	24.1 g	食塩	1.5 g	脂質	16.7 g	食塩	1.6 g	脂質	11.8 g	食塩	1.9 g	脂質	15.0 g	食塩	2.6 g	脂質	20.0 g	食塩	1.6 g	脂質	15.6 g	食塩	1.6 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			
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				■マリー				■ビスコ				■バナナ				■ソフトサラダ				■ぼたぼた焼き			
たべっこベイベー 5 g				マリービスケット 1枚				ビスコ 1枚				バナナ 1/3本				ソフトサラダ 1枚				ぼたぼた焼 1枚			
昼食				昼食				昼食				昼食				昼食				昼食			
■ご飯				■ご飯				■☆お誕生日会☆				■ロールパン				■ご飯				■鶏そぼろ丼			
米 50 g				米 50 g				■和風スパゲティー				ロールパン 1パック				米 50 g				米 50 g			
■肉団子の中華風あんかけ				■竹輪の磯辺揚げ				スパゲティ 40 g				■クリームシチュー				■さわらの西京焼き				鶏ミンチ 36 g			
ミートボール 3個				ちくわ 2/6本				ツナ 14.25g				鶏肉 20 g				さわら 1/2切				玉ねぎ 18 g			
玉ねぎ 20 g				塩 0.01g				塩 23.75g				玉ねぎ 32 g				酒 1 g				濃口しょうゆ 1.2 g			
人参 3 g				青のり 1 g				人参 4.75g				じゃが芋 20 g				白味噌 4 g				上白糖 0.6 g			
ピーマン 4 g				天ぷら粉 3 g				ほうれん草 14.25g				人参 10 g				みりん 1 g				みりん 0.48g			
なたね油 0.2 g				植物油 3 g				しめじ 7.6 g				ブロッコリー 8 g				上白糖 0.5 g				風味だし汁 21.6 g			
ケチャップ 4 g				人参 10 g				なたね油 0.2 g				マッシュルーム 5 g				インゲン 10 g				片栗粉 0.36g			
チキンスープ 0.3 g				濃口しょうゆ 0.3 g				濃口しょうゆ 1.9 g				クリームシチュールー 15 g				濃口しょうゆ 0.3 g				なたね油 0.24g			
濃口しょうゆ 1.5 g				上白糖 0.15g				昆布茶 0.5 g				コンソメ 0.5 g				上白糖 0.15g				ほうれん草 18 g			
上白糖 0.8 g				■切干大根の煮物				風味だし汁 9.5 g				牛乳 16 g				■白菜の和え物				人参 3.6 g			
酢 0.4 g				切干大根 3.6 g				塩 0.01g				水 34 g				白菜 39 g				濃口しょうゆ 2.4 g			
片栗粉 0.7 g				揚げ 3 g				■キャベツのサラダ				■豆菜サラダ				人参 3.6 g				上白糖 1.2 g			
■チンゲン菜のナムル				人参 4 g				キャベツ 25 g				大豆 5 g				うす口しょうゆ 1.3 g				のり 0.6 g			
チンゲン菜 30 g				干し椎茸 0.5 g				人参 5 g				小松菜 25 g				上白糖 0.5 g				■揚げの味噌汁			
人参 5 g				うす口しょうゆ 1 g				コーン 5 g				ツナ 5 g				■湯葉のすまし汁				揚げ 1.8 g			
ごま 0.8 g				上白糖 1 g				和風ドレッシング 4 g				人参 5 g				湯葉 0.4 g				玉ねぎ 8 g			
濃口しょうゆ 1 g				みりん 1 g				■コンソメスープ				ごまだれ 4 g				玉ねぎ 10 g				ねぎ 1 g			
上白糖 0.5 g				風味だし汁 17 g				玉ねぎ 14 g				■みかん缶				みつば 1 g				味噌 4 g			
ごま油 0.4 g				なたね油 0.1 g				人参 5 g				みかん缶 30 g				うす口しょうゆ 1 g				風味だし汁 80 g			
塩 0.01g				■えのきの味噌汁				パセリ 1 g								塩 0.01g				■ストロベリーゼリー			
■わかめスープ				えのきたけ(生) 5 g				コンソメ 1.1 g								風味だし汁 80 g				ストロベリーゼリー 1個			
わかめ 0.5 g				玉ねぎ 10 g				塩 0.01g															
玉ねぎ 10 g				ねぎ 1 g				うす口しょうゆ 0.5 g															
人参 5 g				味噌 4 g				水 80 g															
チキンスープ 0.8 g				風味だし汁 80 g																			
塩 0.01g																							
水 80 g																							
3時				3時				3時				3時				3時				3時			
■牛乳				■牛乳				■お茶				■お茶				■牛乳				■牛乳			
牛乳 100 g				牛乳 100 g				ほうじ茶 100 g				ほうじ茶 100 g				牛乳 100 g				牛乳 100 g			
■クッキー				■きな粉サンド				■フルーチェ				■たぬきおにぎり				■パンプキンケーキ				■星たべよ			
小麦粉 16 g				食パン 1/2枚				フルーチェ(イチゴ) 30 g				米 36 g				ホットケーキミックス 16 g				星たべよ 1枚			
上白糖 5.5 g				有塩バター 2 g				牛乳 30 g				濃口しょうゆ 0.5 g				上白糖 6.4 g				■きな粉餅せんべい			
牛乳 0.7 g				きな粉 1.8 g				■味しらべ				みりん 0.5 g				鶏卵 11.2 g				きなこ餅 1枚			
マーガリン 12 g				上白糖 1.8 g				味しらべ 1枚				天かす 1.2 g				マーガリン 6.4 g							
												ねぎ 0.5 g				牛乳 2.5 g							
																かぼちゃ 10 g							

〈榮養月報〉

現場 : 美木多いっちゃん保育園

年月日 : 2026年10月1日 (木) ~ 2026年10月31日 (土)

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	β-カル活性	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	1125.00	53.57	42.0	183	3.3	0.4	1	3	47	0.4	0	0.04	0.01	0	0.3	0.0
	パン類	77.00	3.67	12.0	10	0.3	0.2	17	1	3	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0
	めん類	169.38	8.07	16.0	18	0.6	0.1	4	1	7	0.0	0	0.01	0.00	0	0.1	0.0
	その他の穀類	163.39	7.78	8.5	26	0.8	0.4	28	4	13	0.1	0	0.01	0.00	0	0.2	0.1
いも類	芋類	228.75	10.89	15.0	11	0.2	0.0	1	3	49	0.1	0	0.01	0.01	3	0.5	0.0
	いも類加工品	25.76	1.23	2.0	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		92.11	4.39	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	52.81	2.51	7.5	4	0.3	0.3	1	4	3	0.1	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
	大豆、その他の豆類	11.63	0.55	3.0	2	0.1	0.1	0	0	5	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
種実類		2.00	0.10	1.0	1	0.0	0.0	0	1	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
野菜類	緑黄色野菜	830.58	39.55	30.0	12	0.7	0.0	25	32	115	0.3	180	0.02	0.03	10	1.1	0.0
	その他の野菜類	986.23	46.96	45.0	16	0.6	0.0	8	13	89	0.1	1	0.02	0.01	7	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	86.48	4.12	20.0	2	0.0	0.0	0	1	7	0.0	1	0.00	0.00	2	0.1	0.0
	果実加工品	158.75	7.56	4.0	5	0.0	0.0	0	0	7	0.0	1	0.00	0.00	0	0.0	0.0
きのこ類		76.38	3.64	3.5	1	0.1	0.0	1	0	12	0.0	0	0.01	0.01	0	0.1	0.0
藻類		7.09	0.34	0.5	1	0.0	0.0	14	3	10	0.1	2	0.00	0.00	0	0.2	0.0
魚介類	魚介類（生）	160.00	7.62	10.0	11	1.5	0.6	8	1	31	0.1	2	0.01	0.02	0	0.0	0.0
	干物、塩蔵、缶詰	47.32	2.25	2.0	6	0.5	0.5	12	1	6	0.0	1	0.00	0.00	0	0.0	0.0
	練製品	42.92	2.04	0.5	2	0.2	0.0	16	0	2	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
肉類	肉類（生）	498.25	23.73	15.0	42	4.5	2.5	15	1	75	0.2	5	0.11	0.05	0	0.0	0.0
	肉加工品	25.00	1.19	1.5	2	0.2	0.1	8	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
卵類		77.76	3.70	10.0	5	0.5	0.4	5	2	5	0.1	8	0.00	0.01	0	0.0	0.0
乳類	牛乳	2778.97	132.33	100.0	81	4.4	5.0	55	146	199	0.0	50	0.05	0.20	2	0.0	0.2
	乳製品	6.25	0.30	20.0	0	0.0	0.0	0	0	1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
油脂類	植物性	83.31	3.97	2.0	29	0.0	3.2	21	0	1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1
	動物性	8.75	0.42	1.0	3	0.0	0.3	3	0	0	0.0	2	0.00	0.00	0	0.0	0.0
調味料類	食塩	0.23	0.01	0.5	0	0.0	0.0	4	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
	醤油	49.47	2.36	3.8	1	0.1	0.0	137	0	8	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.4
	味噌	49.63	2.36	3.2	4	0.3	0.1	116	3	9	0.1	0	0.00	0.00	0	0.1	0.3
	その他の調味料	129.68	6.18	7.0	15	0.3	0.5	232	3	13	0.0	1	0.00	0.00	0	0.1	0.6
その他	その他	821.46	39.12	30.0	39	1.0	1.4	64	22	21	0.8	0	0.02	0.02	0	0.1	0.2
	その他 1	2185.38	104.07	-	0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
合計					551	20.5	16.1	796	245	738	2.5	254	0.31	0.37	24	3.8	1.9
基準値					507	20.6	13.9	551	227	560	2.0	200	0.20	0.32	16	3.2	1.4
充足率					108.68	99.51	115.83	144.46	107.93	131.79	125.00	127.00	155.00	115.63	150.00	118.75	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
240 kcal	82 kcal	145 kcal	12.0 g	8.8 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	
$\frac{240}{551} \times 100 = 43.6 \%$		$100 - 26.3 - (\frac{20.5 \times 4}{551} \times 100) = 58.8 \%$		$\frac{20.5 \times 4}{551} \times 100 = 14.9 \%$		$\frac{16.1 \times 9}{551} \times 100 = 26.3 \%$		$\frac{12.0}{20.5} \times 100 = 58.5 \%$		$\frac{8.8}{16.1} \times 100 = 54.7 \%$		245.0 : 330.0 = 1 : 1.3	
P / S 比		S : M : P											
$\frac{2.71}{5.97} = 0.45$		5.97 : 4.93 : 2.71 = 3 : 2.5 : 1.4											

<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10月1日（木） ～ 2026年10月4日（日）

			10月1日（木）	10月2日（金）	10月3日（土）	10月4日（日）
			E 408 kcal 蛋白 16.4 g 脂質 7.7 g 食塩 1.4 g	E 604 kcal 蛋白 18.3 g 脂質 21.3 g 食塩 2.0 g	E 156 kcal 蛋白 5.3 g 脂質 7.7 g 食塩 0.3 g	
			昼食	昼食	昼食	昼食
			■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 椎茸 6.25g ねぎ 1.88g うす口しょうゆ 1.25g みりん 1 g 風味だし汁 153.75g ■大根とわかめのさっぱり和え 大根 37.5 g わかめ 0.5 g 人参 4.5 g 青じそドレッシング 3.75g ■青りんごゼリー 青りんごゼリー 1個	■ご飯 米 60 g ■メンチカツ メンチカツ 1+1/2個 植物油 5.63g ケチャップ 2.5 g とんかつソース 2.5 g インゲン 12.5 g 上白糖 0.19g 濃口しょうゆ 0.38g ■ほうれん草とツナのサラダ ほうれん草 40 g ツナ 6.25g 人参 6.25g エッグケア 3.75g ■コンソメスープ 玉ねぎ 17.5 g 人参 6.25g パセリ 1.25g うす口しょうゆ 0.5 g コンソメ 1 g 塩 0.01g 水 100 g	■お弁当会	
			3時	3時	3時	3時
			■牛乳 牛乳 150 g ■さつま芋蒸しパン さつま芋 18.75g ホットケーキミックス 16.25g 上白糖 1.88g 牛乳 6.2 g	■牛乳 牛乳 150 g ■杏仁豆腐 バイン缶 20 g 黄桃缶 21.25g 杏仁豆腐 17.5 g	■牛乳 牛乳 150 g ■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＞

現場 : 美木多いっちゃん保育園

献立種類：幼児

年月日：2026年10月5日（月）～2026年10月11日（日）

10月5日（月）				10月6日（火）				10月7日（水）				10月8日（木）				10月9日（金）				10月10日（土）				10月11日（日）			
E 604 kcal	蛋白	22.0 g		E 518 kcal	蛋白	21.2 g		E 576 kcal	蛋白	28.2 g		E 574 kcal	蛋白	23.1 g		E 495 kcal	蛋白	23.6 g		E kcal	蛋白	g					
脂質 16.8 g	食塩	1.9 g		脂質 15.9 g	食塩	1.5 g		脂質 17.2 g	食塩	2.5 g		脂質 16.6 g	食塩	1.7 g		脂質 11.9 g	食塩	1.4 g		脂質 g	食塩	g					
昼食				昼食				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				■運動会							
米 60 g				米 60 g				米 60 g				米 60 g				米 60 g											
■ホイコーロー				■白身魚の香味焼き				■豆腐のチャンプルー				■マカロニチキン															
豚肉 31.25g				ホキ 1/2切				鶏卵 21.88g				マカロニ 8.13g				豚肉 25 g											
キャベツ 31.25g				しょうが 0.13g				木綿豆腐 27.5 g				玉ねぎ 30 g				高野豆腐 2.5 g											
玉ねぎ 25 g				ねぎ 1.25g				豚肉 37.5 g				鶏肉 56.25g				人参 10 g											
人参 3.75g				濃口しょうゆ 1.25g				もやし 12.5 g				しめじ 6.25g				みつば 1.25g											
ピーマン 7.5 g				上白糖 0.25g				玉ねぎ 15 g				なたね油 0.25g				鶏卵 25 g											
濃口しょうゆ 1.25g				酒 0.31g				にら 6.25g				トマトホール缶 20 g				風味だし汁 25 g											
味噌 5 g				塩 0.01g				人参 6.75g				ケチャップ 13.75g				濃口しょうゆ 1.25g											
酒 2.13g				ごま油 0.25g				粉かつお 0.38g				上白糖 1.25g				みりん 0.63g											
上白糖 1.5 g				インゲン 12.5 g				濃口しょうゆ 2.5 g				コンソメ 0.13g				上白糖 0.63g											
なたね油 1.5 g				濃口しょうゆ 0.38g				だしの素 0.25g				塩 0.01g															
■餃子				■上白糖 0.19g				■はくさいのゆかり和え				■小松菜のごまだれ和え				■カリフラワーの和え物											
餃子 2個				■ブロッコリーのおかか和え				白菜 48.75g				小松菜 40 g				カリフラワー 31.25g											
■春雨スープ				ブロッコリー 27.5 g				人参 6.25g				ツナ 6.25g				人参 6.25g											
春雨 5 g				人参 6.25g				かつお節 0.38g				人参 6.25g				濃口しょうゆ 1.25g											
人参 6.25g				濃口しょうゆ 0.63g				うす口しょうゆ 0.63g				ごまだれ 5 g				■わかめの味噌汁											
にら 6.25g				上白糖 0.39g				■えのきのすまし汁				■オニオンスープ				玉ねぎ 17.5 g											
チキンスープ 1 g				■じゃがいもの味噌汁				えのき 6.25g				玉ねぎ 17.5 g				わかめ 0.25g											
塩 0.01g				じゃが芋 18.75g				人参 6.25g				人参 6.25g				味噌 5 g											
水 100 g				玉ねぎ 12.5 g				みつば 1.25g				パセリ 1.25g				風味だし汁 100 g											
				ねぎ 1.25g				うす口しょうゆ 1.88g				コンソメ 1 g															
				味噌 5 g				塩 0.01g				うす口しょうゆ 0.5 g															
				風味だし汁 100 g								塩 0.01g															
												水 100 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											
■ジャムクラッカーサンド				■ふのラスク				■ウィンナーパン				■フルーツ寒天				■マカロニきな粉											
全粒粉クラッカー 6枚				おつゆ麩 10 g				ウィンナー 25 g				黄桃缶 12.5 g				マカロニ 11.25g											
いちごジャム 5 g				マーガリン 10 g				ホットケーキミックス 18.75g				バイン缶 12.5 g				きな粉 3.13g											
				上白糖 7.5 g				ヨーグルト 6.25g				寒天 0.63g				上白糖 3.13g											
								牛乳 3.13g				上白糖 3.75g															
								なたね油 3 g				水 50 g															
								ケチャップ 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10月12日（月）～2026年10月18日（日）

10月12日（月）				10月13日（火）				10月14日（水）				10月15日（木）				10月16日（金）				10月17日（土）				10月18日（日）			
E	kcal	蛋白	g	E	476 kcal	蛋白	19.9 g	E	550 kcal	蛋白	22.0 g	E	550 kcal	蛋白	22.3 g	E	650 kcal	蛋白	20.1 g	E	358 kcal	蛋白	16.2 g				
脂質	g	食塩	g	脂質	10.6 g	食塩	1.5 g	脂質	17.5 g	食塩	1.6 g	脂質	16.6 g	食塩	1.5 g	脂質	21.1 g	食塩	3.2 g	脂質	8.8 g	食塩	1.7 g				
昼食				昼食				昼食				昼食				昼食				昼食				昼食			
■スポーツの日				■豚丼				■ご飯				■ご飯				■きのこカレー				■中華そば							
				米 60 g				米 60 g				米 60 g				米 60 g				中華そば 2/3玉							
				豚肉 37.5 g				■さわらの照り焼き				■鶏のマーマレード焼き				豚ミンチ 31.25g				豚肉 18.75g							
				玉ねぎ 37.5 g				さわら 1/2切				鶏肉 3枚				じゃが芋 20 g				コーン 3.75g							
				人参 6.25g				しょうが 0.25g				濃口しょうゆ 2.75g				玉ねぎ 31.25g				もやし 25 g							
				ねぎ 1.88g				上白糖 0.75g				マーマレード 6.75g				人参 6.25g				人参 6.25g							
				濃口しょうゆ 1.25g				濃口しょうゆ 1 g				インゲン 12.5 g				しめじ 10 g				チンゲン菜 12.5 g							
				うす口しょうゆ 1.25g				みりん 1 g				濃口しょうゆ 0.38g				エリンギ 10 g				チキンスープ 1.25g							
				みりん 2.25g				人参 12.5 g				上白糖 0.16g				カレールー 20 g				塩 0.01g							
				上白糖 1.75g				濃口しょうゆ 0.38g				■小松菜とじゃこ和え				なたね油 0.25g				濃口しょうゆ 4.38g							
				■ほうれん草のごま和え				上白糖 0.13g				小松菜 35 g				水 62.5 g				ごま油 0.38g							
				ほうれん草 37.5 g				■ひじき煮				人参 6.25g				■わかめのさっぱり和え				水 200 g							
				人参 6.25g				揚げ 3.56g				ちりめんじゃこ 3.75g				わかめ 0.5 g				■ブロッコリーの和え物							
				ごま 1 g				ひじき 2.5 g				濃口しょうゆ 0.25g				キャベツ 37.5 g				ブロッコリー 27.5 g							
				濃口しょうゆ 0.63g				グリーンピース 3.56g				上白糖 0.38g				人参 6.25g				人参 5 g							
				上白糖 0.39g				人参 3.56g				■オニオンスープ				ボン酢 1.25g				濃口しょうゆ 1.25g							
				■大根の味噌汁				うす口しょうゆ 0.63g				玉ねぎ 18.75g				上白糖 0.63g				上白糖 0.38g							
				大根 18.75g				上白糖 0.63g				人参 6.25g				人参 6.25g				■パイン缶							
				人参 6.25g				みりん 0.63g				パセリ 1.25g				■オレンジ				パイン缶 37.5 g							
				ねぎ 1.25g				風味だし汁 10 g				コンソメ 1 g				オレンジ 2/6玉											
				味噌 5 g				■かぼちやの味噌汁				うす口しょうゆ 0.5 g															
				風味だし汁 100 g				かぼちや 12.5 g				塩 0.01g															
								玉ねぎ 12.5 g				水 100 g															
								ねぎ 1.25g																			
								味噌 5 g																			
								風味だし汁 100 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							
				■りんご寒天				■ももケーキ				■スイートポテト				■ホットケーキ				■きな粉餅せんべい							
				アップルジュース 45 g				小麦粉 7.75g				さつま芋 37.5 g				ホットケーキ 1枚				きなこ餅 2枚							
				寒天 0.45g				マーキングパウダー 0.79g				マーガリン 2 g				メーブルシロップ 3.13g				■ラムネ							
				上白糖 2.7 g				鶏卵 16.88g				牛乳 5 g								ラムネ 2個							
				水 13.5 g				マーガリン 4.75g				上白糖 3.75g															
				■星たべよ				上白糖 7.88g																			
				星たべよ 2枚				牛乳 3.13g																			
								黄桃缶 10 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10月19日（月）～2026年10月25日（日）

10月19日（月）				10月20日（火）				10月21日（水）				10月22日（木）				10月23日（金）				10月24日（土）				10月25日（日）						
E	671 kcal	蛋白	22.7 g	E	564 kcal	蛋白	18.7 g	E	621 kcal	蛋白	22.3 g	E	415 kcal	蛋白	14.7 g	E	560 kcal	蛋白	21.0 g	E	483 kcal	蛋白	15.9 g							
脂質	22.3 g	食塩	1.8 g	脂質	14.8 g	食塩	1.9 g	脂質	21.1 g	食塩	2.7 g	脂質	8.6 g	食塩	1.3 g	脂質	21.0 g	食塩	2.1 g	脂質	12.8 g	食塩	1.2 g							
昼食				昼食				昼食				昼食				昼食				昼食				昼食						
■ご飯				■ご飯				■☆お誕生日会☆				■きのこご飯				■タコライス風				■ピラフ										
米		60	g	米		60	g	米		60	g	米		60	g	米		60	g	米		60	g							
■麻婆はるさめ				■肉じゃが				■鶏の唐揚げ																						
春雨		6.25	g	牛肉		25	g			3枚		しめじ		5	g	豚ミンチ		35	g			鶏肉		31.25	g					
豚ミンチ		37.5	g	じゃが芋		31.25	g					えのき		5	g	玉ねぎ		25	g			玉ねぎ		18.75	g					
しょうが		0.63	g	しょうが		25	g			0.13	g	まいたけ		5	g	塩		0.01	g			ミックスベジタブル		18.75	g					
玉ねぎ		18.75	g	人参		6.25	g			2	g	揚げ		2.5	g	ケチャップ		6.25	g			塩		0.01	g					
人参		6.25	g	糸こんにゃく		6.25	g			1	g	酒		1.25	g	コンソメ		1.25	g			コンソメ		1	g					
ねぎ		1.88	g	インゲン		12.5	g			2.5	g	みりん		1	g	ウスターソース		1.25	g			なたね油		0.25	g					
ごま油		0.25	g	なたね油		0.25	g			3.13	g	塩		0.01	g	キャベツ		25	g			■具だくさんスープ								
みりん		1.75	g	濃口しょうゆ		6.88	g			12.5	g	うす口しょうゆ		1.25	g	塩		0.01	g			じゃが芋		20	g					
濃口しょうゆ		1.25	g	上白糖		4.38	g			0.38	g	■鯖の塩焼き					トマト		12.5	g			玉ねぎ		10	g				
味噌		2	g	みりん		2.5	g			0.19	g	さば		1/2切		■ブロッコリーとツナのサラダ						人参		4.5	g					
赤だし		2	g	■チンゲン菜のさっぱり和え					大根		31.25	g	塩		0.01	g	ブロッコリー		40	g			うす口しょうゆ		0.25	g				
水		26.25	g	チンゲン菜		40	g		人参		6.25	g	酒		0.88	g	ツナ		6.25	g			塩		0.01	g				
片栗粉		1.13	g	人参		6.25	g		きゅうり		6.25	g	チンゲン菜		18.75	g	人参		4.5	g			水		100	g				
■焼売				コーン		6.25	g		青じそドレッシング		5	g	濃口しょうゆ		0.38	g	和風ドレッシング		5	g			■黄桃							
焼売		3個		ポン酢		1.25	g		■コーンスープ			上白糖		0.19	g	■コンソメスープ						黄桃缶		37.5	g					
■中華スープ				上白糖		0.25	g		クリームコーン		41.25	g	■さつまいもの味噌汁					玉ねぎ		10	g									
人参		6.25	g	ごま油		0.25	g		玉ねぎ		18.75	g	さつま芋		15	g	人参		6.25	g										
玉ねぎ		12.5	g	■豆腐の味噌汁					パセリ		1.25	g	玉ねぎ		10	g	パセリ		1.25	g										
わかめ		0.38	g	絹ごし豆腐		12.5	g		コンソメ		2.03	g	ねぎ		1.25	g	コンソメ		1	g										
チキンスープ		1	g	人参		6.25	g		塩		0.01	g	味噌		5.63	g	うす口しょうゆ		0.5	g										
塩		0.01	g	ねぎ		1.25	g		水		100	g	風味だし汁		100	g	塩		0.01	g										
水		100	g	味噌		5	g									水		100	g											
				風味だし汁		100	g																							
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							
■さつま芋のバター焼き				■ちんすこう				■プリン				■柿				■シュガーパイ				■ぱりんこ										
さつま芋		62.5	g	小麦粉		13.13	g	プリンミックス		16.13	g	柿		2/8玉		パイシート		18.75	g			ぱりんこ		2枚						
有塩バター		6.25	g	片栗粉		3.75	g	水		68.75	g	■星たべよ					グラニュー糖		3.75	g		■ぼたぼた焼き								
				上白糖		6.63	g	■ウエハース				星たべよ		2枚							ぼたぼた焼					2枚				
				なたね油		5.9	g	マンナウエハース		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10月26日（月）～2026年10月31日（土）

10月26日（月）				10月27日（火）				10月28日（水）				10月29日（木）				10月30日（金）				10月31日（土）			
E	713 kcal	蛋白	20.8 g	E	595 kcal	蛋白	20.8 g	E	391 kcal	蛋白	14.0 g	E	528 kcal	蛋白	17.2 g	E	596 kcal	蛋白	21.9 g	E	545 kcal	蛋白	20.3 g
脂質	25.1 g	食塩	2.1 g	脂質	16.9 g	食塩	2.4 g	脂質	9.3 g	食塩	2.3 g	脂質	13.5 g	食塩	3.2 g	脂質	19.1 g	食塩	2.0 g	脂質	16.8 g	食塩	1.8 g
昼食				昼食				昼食				昼食				昼食				昼食			
■ご飯				■ご飯				■☆お誕生日会☆				■ロールパン				■ご飯				■鶏そぼろ丼			
米		60 g		米		60 g		■和風スパゲティー				ロールパン		1ﾊﾞｯｸ		米		60 g		米		60 g	
■肉団子の中華風あんかけ				■竹輪の磯辺揚げ				スパゲティ				■クリームシチュー				■さわらの西京焼き				鶏ミンチ			
ミートボール		4個		ちくわ		4/6本		ツナ		17.81g		鶏肉		25 g		さわら		1/2切		玉ねぎ		22.5 g	
玉ねぎ		25 g		塩		0.01g		玉ねぎ		29.69g		玉ねぎ		40 g		酒		1.25g		濃口しょうゆ		1.5 g	
人参		3.75g		青のり		1.25g		人参		5.94g		じゃが芋		25 g		白味噌		5 g		上白糖		0.75g	
ピーマン		5 g		天ぷら粉		3.75g		ほうれん草		17.81g		人参		12.5 g		みりん		1.25g		みりん		0.6 g	
なたね油		0.25g		植物油		3.75g		しめじ		9.5 g		ブロッコリー		10 g		上白糖		0.63g		風味だし汁		27 g	
ケチャップ		5 g		人参		12.5 g		なたね油		0.25g		マッシュルーム		6.25g		インゲン		12.5 g		片栗粉		0.45g	
チキンスープ		0.38g		濃口しょうゆ		0.38g		濃口しょうゆ		2.38g		クリームシチュールー		18.75g		濃口しょうゆ		0.38g		なたね油		0.3 g	
濃口しょうゆ		1.88g		上白糖		0.19g		昆布茶		0.63g		コンソメ		0.63g		上白糖		0.19g		ほうれん草		22.5 g	
上白糖		1 g		■切干大根の煮物				風味だし汁		11.88g		牛乳		20 g		■白菜の和え物				人参		4.5 g	
酢		0.5 g		切干大根		4.5 g		塩		0.01g		水		42.5 g		白菜		48.75g		濃口しょうゆ		3 g	
片栗粉		0.88g		揚げ		3.75g		■キャベツのサラダ				■豆菜サラダ				人参		4.5 g		上白糖		1.5 g	
■チンゲン菜のナムル				人参		5 g		キャベツ		31.25g		大豆		6.25g		うす口しょうゆ		1.63g		のり		0.75g	
チンゲン菜		37.5 g		干し椎茸		0.63g		人参		6.25g		小松菜		31.25g		上白糖		0.63g		■揚げの味噌汁			
人参		6.25g		うす口しょうゆ		1.25g		コーン		6.25g		ツナ		6.25g		■湯葉のすまし汁				揚げ		2.25g	
ごま		1 g		上白糖		1.25g		和風ドレッシング		5 g		人参		6.25g		湯葉		0.5 g		玉ねぎ		10 g	
濃口しょうゆ		1.25g		みりん		1.25g		■コンソメスープ				ごまだれ		5 g		玉ねぎ		12.5 g		ねぎ		1.25g	
上白糖		0.63g		風味だし汁		21.25g		玉ねぎ		17.5 g		■みかん缶				みつば		1.25g		味噌		5 g	
ごま油		0.5 g		なたね油		0.13g		人参		6.25g		みかん缶		37.5 g		うす口しょうゆ		1.25g		風味だし汁		100 g	
塩		0.01g		■えのきの味噌汁				パセリ		1.25g		■みかん缶				塩		0.01g		■ストロベリーゼリー			
■わかめスープ				えのきたけ(生)		6.25g		コンソメ		1.38g		■みかん缶				風味だし汁		100 g		ストロベリーゼリー		1個	
わかめ		0.63g		玉ねぎ		12.5 g		塩		0.01g													
玉ねぎ		12.5 g		ねぎ		1.25g		うす口しょうゆ		0.63g													
人参		6.25g		味噌		5 g		水		100 g													
チキンスープ		1 g		風味だし汁		100 g																	
塩		0.01g																					
水		100 g																					
3時				3時				3時				3時				3時				3時			
■牛乳				■牛乳				■お茶				■お茶				■牛乳				■牛乳			
牛乳		150 g		牛乳		150 g		ほうじ茶		150 g		ほうじ茶		150 g		牛乳		150 g		牛乳		150 g	
■クッキー				■きな粉サンド				■フルーチェ				■たぬきおにぎり				■パンプキンケーキ				■星たべよ			
小麦粉		20 g		食パン		1枚		フルーチェ(イチゴ)		37.5 g		米		45 g		ホットケーキミックス		20 g		星たべよ		2枚	
上白糖		6.88g		有塩バター		2.5 g		牛乳		37.5 g		濃口しょうゆ		0.63g		上白糖		8 g		■きな粉餅せんべい			
牛乳		0.88g		きな粉		2.25g		■味しらべ				みりん		0.63g		鶏卵		14 g		きなこ餅		2枚	
マーガリン		15 g		上白糖		2.25g		味しらべ		2枚		天かす		1.5 g		マーガリン		8 g					
												ねぎ		0.63g		牛乳		3.13g					
																かぼちゃ		12.5 g					