

〈榮養月報〉

現場 : 美木多いっちゃん保育園
年月日 : 2026年11月2日(月)～2026年11月30日(月)
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	850.00	44.74	34.0	153	2.8	0.4	1	3	40	0.4	0	0.04	0.01	0	0.3	0.0
	パン類	58.50	3.08	7.0	9	0.3	0.2	14	1	2	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0
	めん類	148.67	7.82	12.0	12	0.4	0.0	4	0	2	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
	その他の穀類	141.25	7.43	6.5	26	0.7	0.5	19	3	10	0.1	0	0.01	0.00	0	0.2	0.0
いも類	芋類	110.68	5.83	12.0	5	0.1	0.0	0	1	24	0.0	0	0.01	0.00	1	0.3	0.0
	いも類加工品	8.97	0.47	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		65.95	3.47	4.5	12	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	92.41	4.86	6.0	7	0.6	0.5	1	7	6	0.1	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
	大豆、その他の豆類	11.50	0.61	2.5	2	0.2	0.1	0	1	7	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0
種実類		1.60	0.08	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	570.76	30.04	25.0	9	0.6	0.0	17	21	78	0.2	133	0.01	0.02	7	0.8	0.0
	その他の野菜類	689.01	36.26	35.0	11	0.4	0.0	2	9	62	0.1	1	0.01	0.00	5	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	126.80	6.67	20.0	5	0.1	0.0	0	1	19	0.0	2	0.00	0.00	1	0.1	0.0
	果実加工品	153.00	8.05	3.5	5	0.0	0.0	0	0	7	0.0	1	0.00	0.00	1	0.0	0.0
きのこ類		19.00	1.00	3.0	0	0.0	0.0	2	0	2	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
藻類	藻類	3.50	0.18	0.5	0	0.0	0.0	6	2	8	0.0	1	0.00	0.00	0	0.1	0.0
魚介類	魚介類（生）	160.00	8.42	10.0	14	1.6	0.7	9	2	28	0.0	3	0.01	0.01	0	0.0	0.0
	干物、塩蔵、缶詰	32.20	1.69	2.5	4	0.4	0.2	14	1	3	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
肉類	練製品	14.00	0.74	0.5	1	0.1	0.0	5	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
	肉類（生）	352.61	18.56	13.0	32	3.5	1.8	10	1	59	0.2	4	0.08	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		65.20	3.43	5.5	5	0.4	0.3	6	1	4	0.1	7	0.00	0.01	0	0.0	0.0
乳類	牛乳	3471.70	182.72	160.0	111	6.0	6.9	75	201	274	0.0	69	0.07	0.27	2	0.0	0.2
	乳製品	44.00	2.32	20.0	2	0.1	0.1	1	3	4	0.0	1	0.00	0.00	0	0.0	0.0
油脂類	植物性	59.94	3.15	1.5	24	0.0	2.6	17	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
	動物性	11.00	0.58	0.5	4	0.0	0.5	4	0	0	0.0	3	0.00	0.00	0	0.0	0.0
調味料類	食塩	0.64	0.03	0.2	0	0.0	0.0	15	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
	醤油	36.02	1.90	2.0	1	0.1	0.0	106	0	6	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.3
	味噌	30.50	1.61	2.0	3	0.2	0.1	79	2	6	0.1	0	0.00	0.00	0	0.1	0.2
その他	その他の調味料	95.93	5.05	4.5	15	0.3	0.6	202	3	8	0.0	1	0.00	0.00	0	0.0	0.5
	その他	617.01	32.47	25.0	35	0.4	1.2	29	10	27	0.0	0	0.00	0.01	1	0.1	0.1
	その他 1	1716.77	90.36	-	0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0
合計					509	19.3	16.8	638	274	687	1.3	226	0.24	0.37	18	2.9	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					109.94	101.05	131.25	115.79	128.64	-	65.00	120.21	120.00	132.14	100.00	-	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
200 kcal	77 kcal	151 kcal	12.5 g	10.2 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	
$\frac{200}{509} \times 100 =$	39.3 %	$100 - 29.7 - (\frac{19.3 \times 4}{509} \times 100) =$	55.1 %	$\frac{19.3 \times 4}{509} \times 100 =$	15.2 %	$\frac{16.8 \times 9}{509} \times 100 =$	29.7 %	$\frac{12.5}{19.3} \times 100 =$	64.8 %	$\frac{10.2}{16.8} \times 100 =$	60.7 %	$\frac{274.0}{1} : \frac{349.0}{1.3} =$	
P / S 比		S : M : P											
$\frac{2.15}{6.52} =$	0.33	6.52	:	4.47	:	2.15	=						
		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11月2日（月）～2026年11月8日（日）

11月2日（月）				11月3日（火）				11月4日（水）				11月5日（木）				11月6日（金）				11月7日（土）				11月8日（日）			
E	613 kcal	蛋白	20.6 g	E	kcal	蛋白	g	E	573 kcal	蛋白	21.9 g	E	321 kcal	蛋白	13.0 g	E	648 kcal	蛋白	20.9 g	E	166 kcal	蛋白	6.9 g				
脂質	22.6 g	食塩	1.7 g	脂質	g	食塩	g	脂質	21.4 g	食塩	1.2 g	脂質	11.2 g	食塩	1.2 g	脂質	24.0 g	食塩	2.4 g	脂質	8.8 g	食塩	0.3 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			100 g					牛乳			100 g	牛乳			100 g	牛乳			100 g	牛乳			100 g				
■サッポロポテト								■ビスコ				■たべっこベビー				■ソフトサラダ				■ぼたぼた焼き							
1才サッポロポテト			3 g					ビスコ			1枚	たべっこベビー			5 g	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				昼食			
■ご飯				■文化の日				■ご飯				■きつねうどん				■ボークカレー				■お弁当会							
米			50 g					米			50 g	うどん			1/3玉	米			55 g								
■チキンカツ								■さばの生姜煮				揚げ			8 g	豚肉			30 g								
チキンカツ			2/3個					さば			1/2切	濃口しょうゆ			0.5 g	じゃが芋			15.2 g								
植物油			3.5 g					酒			1 g	上白糖			0.25g	玉ねぎ			28.5 g								
ケチャップ			2 g					しょうが			0.11g	細切り蒲鉾			5 g	人参			4.75g								
とんかつソース			2 g					濃口しょうゆ			1 g	人参			5 g	カレールー			15.2 g								
キャベツ			12 g					みりん			1 g	しめじ			5 g	なたね油			0.2 g								
塩			0.01g					風味だし汁			4 g	ねぎ			1 g	水			47.5 g								
■ごぼうサラダ								インゲン			10 g	濃口しょうゆ			3.25g	■小松菜のサラダ											
ごぼう			25 g					濃口しょうゆ			0.3 g	みりん			0.5 g	小松菜			33 g								
コーン			3 g					上白糖			0.15g	風味だし汁			123 g	人参			5 g								
人参			5 g					■ほうれん草の和え物				■ブロッコリーのごま和え				ごまだれ			3 g								
エッグケア			3 g					ほうれん草			30 g	ブロッコリー			25 g	みかん缶											
■オニオンスープ								人参			5 g	人参			3.2 g	みかん缶			30 g								
玉ねぎ			14 g					濃口しょうゆ			0.8 g	ごま			0.3 g												
人参			5 g					上白糖			0.3 g	うす口しょうゆ			1.1 g												
パセリ			1 g					■かぼちゃの味噌汁				上白糖			1.2 g												
コンソメ			1.1 g					かぼちゃ			18 g	■バナナ															
うす口しょうゆ			0.5 g					玉ねぎ			12 g	バナナ			1/3本												
塩			0.01g					ねぎ			1 g																
水			80 g					味噌			4 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				■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				
■マシュマロサンド								■コンソメポテト				■杏仁豆腐				■マーマレードケーキ				■星たべよ							
全粒粉ｸｯｶｰ			4枚					シューストポテト			49 g	パイナップル缶			16 g	ホットケーキミックス			15 g	星たべよ			1枚				
マシュマロ			2個					植物油			2 g	黄桃缶			17 g	鶏卵			5 g	■ラムネ							
								塩			0.01g	杏仁豆腐			14 g	有塩バター			9 g	ラムネ			1個				
								コンソメ			0.01g					マーマレード			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：2026年11月9日（月）～2026年11月15日（日）

11月9日（月）				11月10日（火）				11月11日（水）				11月12日（木）				11月13日（金）				11月14日（土）				11月15日（日）			
E	492 kcal	蛋白	22.1 g	E	596 kcal	蛋白	20.8 g	E	426 kcal	蛋白	17.4 g	E	494 kcal	蛋白	19.7 g	E	446 kcal	蛋白	17.2 g	E	368 kcal	蛋白	15.7 g				
脂質	13.9 g	食塩	1.2 g	脂質	22.2 g	食塩	1.3 g	脂質	12.0 g	食塩	1.3 g	脂質	16.6 g	食塩	1.1 g	脂質	16.2 g	食塩	2.6 g	脂質	12.2 g	食塩	1.8 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				■マリー				■ビスコ				■ソフトサラダ				■バナナ				■ぱりんこ							
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		ソフトサラダ		1枚		バナナ		1/3本		ぱりんこ		1枚					
昼食				昼食				昼食				昼食				昼食				昼食				昼食			
■豚肉と高野の卵とじ丼				■ご飯				■ご飯				■鮭ちらし寿司				■ロールパン				■焼きそば							
米	50	g		米	50	g		米	50	g		米	50	g		ロールパン		1ﾊﾟｯｸ		焼きそば		1/2玉					
豚肉	20	g		■厚揚げと大根の煮物				■赤魚の煮付け				酢	2	g		■クリームシチュー				鶏肉		20	g				
高野豆腐	2	g		厚揚げ	20	g		赤魚	1/2切			上白糖	1.8	g		鶏肉	20	g		キャベツ		12	g				
玉ねぎ	30	g		豚肉	25	g		濃口しょうゆ	1.3	g		塩	0.01g		玉ねぎ	32	g		玉ねぎ		10	g					
人参	8	g		大根	25	g		上白糖	1.6	g		鮭フレーク	18	g		じゃが芋	20	g		人参		4	g				
みつば	1	g		玉ねぎ	15	g		酒	0.7	g		きゅうり	12	g		人参	10	g		なたね油		0.2	g				
鶏卵	20	g		人参	10	g		水	12.8	g		ごま	0.7	g		ブロッコリー	8	g		焼きそばソース		6	g				
風味だし汁	20	g		うす口しょうゆ	1	g		しょうが	0.1	g		錦糸玉子	10	g		マッシュルーム	5	g		お好みソース		6	g				
濃口しょうゆ	1	g		上白糖	1	g		小松菜	10	g		■がんもの煮物				クリームシチュールー	15	g		濃口しょうゆ		0.08g					
みりん	0.5	g		みりん	1	g		濃口しょうゆ	0.3	g		小判型がんも	1個		コンソメ	0.5	g		塩		0.01g						
上白糖	0.5	g		風味だし汁	17	g		上白糖	0.15g			インゲン	5	g		牛乳	16	g		粉かつお		0.5	g				
■チンゲン菜のポン酢和え				■白菜の和え物				■もやしとさつま揚げの和え物				人参	5	g		水	34	g		青のり		0.1	g				
チンゲン菜	35	g		白菜	30	g		もやし	28	g		うす口しょうゆ	0.5	g		■ほうれん草のマヨ和え				■わかめの味噌汁							
人参	5	g		人参	5	g		さつま揚げ	5	g		上白糖	0.5	g		ほうれん草	32	g		わかめ		0.6	g				
ポン酢	1	g		ちくわ	4	g		人参	5	g		みりん	0.5	g		人参	5	g		玉ねぎ		10	g				
上白糖	0.2	g		濃口しょうゆ	0.5	g		濃口しょうゆ	0.8	g		風味だし汁	17	g		エッグケア	3	g		ねぎ		1	g				
■玉ねぎの味噌汁				上白糖	0.25g			上白糖	0.3	g		■手毬麩のすまし汁				■みかん缶				■黄桃							
玉ねぎ	12	g		■えのきの味噌汁				■揚げの味噌汁				手毬麩	0.5	g		みかん缶	30	g		味噌		4	g				
人参	4	g		えのき	5	g		揚げ	1.8	g		玉ねぎ	7.6	g						風味だし汁				80	g		
ねぎ	1	g		玉ねぎ	10	g		玉ねぎ	8	g		みつば	0.95g							■黄桃							
味噌	4	g		ねぎ	1	g		ねぎ	1	g		うす口しょうゆ	0.8	g						黄桃缶				30	g		
風味だし汁	80	g		味噌	4.5	g		味噌	4	g		塩	0.01g														
風味だし汁				風味だし汁	80	g		風味だし汁	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				■お茶				■牛乳				■お茶				■牛乳							
牛乳		100	g	牛乳		100	g	ほうじ茶		100	g	牛乳		100	g	ほうじ茶		100	g	牛乳		100	g				
■きな粉蒸しパン				■クッキー				■フルーチェ				■マカロニきな粉				■お好み焼き				■ソフトサラダ							
ホットケーキミックス	16	g		小麦粉	16	g		フルーチェ(イチゴ)	30	g		マカロニ	9	g		キャベツ	20	g		ソフトサラダ		1枚					
上白糖	1	g		上白糖	5.5	g		牛乳	30	g		きな粉	2.5	g		天かす	1	g		■きな粉餅せんべい							
きな粉	4	g		牛乳	0.7	g		■味しらべ				上白糖	2.5	g		人参	3.6	g		きなこ餅		1枚					
牛乳	16	g		マーガリン	12	g		味しらべ		1枚						豚ミンチ	6	g									
																小麦粉	7.8	g									
																鶏卵	5	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：2026年11月16日（月）～2026年11月22日（日）

11月16日（月）			11月17日（火）			11月18日（水）			11月19日（木）			11月20日（金）			11月21日（土）			11月22日（日）
E	445 kcal	蛋白 19.4 g	E	517 kcal	蛋白 21.8 g	E	496 kcal	蛋白 18.1 g	E	611 kcal	蛋白 21.6 g	E	570 kcal	蛋白 16.3 g	E	425 kcal	蛋白 15.4 g	
脂質 11.5 g	食塩 0.9 g		脂質 17.3 g	食塩 0.9 g		脂質 16.1 g	食塩 1.5 g		脂質 21.1 g	食塩 1.8 g		脂質 21.4 g	食塩 1.4 g		脂質 10.3 g	食塩 1.1 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			■バナナ			■ビスコ			■ソフトサラダ			■ぼたぼた焼き			
たべっこベイベー	5 g		1才サッポロポテト	3 g		バナナ	1/3本		ビスコ	1枚		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			昼食
■ご飯			■ご飯			■ご飯			■ハヤシライス			■ご飯			■中華丼			
米	50 g		米	50 g		米	50 g		米	50 g		米	50 g		米	50 g		
■豚肉の生姜炒め			■鮭のバター醤油焼き			■中華風ローストチキン			牛肉			■牛肉コロッケ			豚肉			
豚肉	35 g		鮭	1/2切		鶏肉	2枚		マッシュルーム	4 g		牛肉コロッケ	2/3個		玉ねぎ	20 g		
玉ねぎ	15 g		酒	0.6 g		玉ねぎ	15 g		玉ねぎ	30 g		植物油	3.5 g		人参	6 g		
キャベツ	30 g		濃口しょうゆ	1.6 g		しょうが	0.2 g		人参	10 g		ケチャップ	5 g		白菜	30 g		
人参	4 g		みりん	0.6 g		濃口しょうゆ	2.5 g		なたね油	1.4 g		キャベツ	10 g		椎茸	6 g		
濃口しょうゆ	1 g		無塩バター	2 g		みりん	0.5 g		コンソメ	0.26g		塩	0.01g		なたね油	0.2 g		
上白糖	0.5 g		ほうれん草	15 g		ごま	0.3 g		ケチャップ	2 g		■マカロニサラダ			チキンスープ	1 g		
みりん	1 g		濃口しょうゆ	0.3 g		ごま油	0.2 g		上白糖	0.5 g		マカロニ	8 g		みりん	2 g		
しょうが	0.3 g		上白糖	0.15g		インゲン	10 g		塩	0.01g		人参	4 g		濃口しょうゆ	0.01g		
なたね油	0.2 g		■ひじき煮			濃口しょうゆ	0.3 g		ビーフシチュールー	6 g		コーン	3 g		塩	0.01g		
■春雨の和え物			揚げ	2.85g		上白糖	0.1 g		ハヤシフレーク	6 g		エッグケア	4 g		■わかめスープ			
春雨	4 g		ひじき	2.2 g		■大根サラダ			水	50 g		うす口しょうゆ	0.5 g		わかめ	0.3 g		
きゅうり	5 g		グリンピース	2.85g		大根	25 g		■ブロッコリーのサラダ			塩	0.01g		玉ねぎ	10 g		
コーン	4 g		人参	2.85g		人参	5 g		ブロッコリー	25 g		■コンソメスープ			チキンスープ	0.8 g		
うす口しょうゆ	0.4 g		うす口しょうゆ	0.5 g		きゅうり	5 g		人参	5 g		じゃが芋	10 g		塩	0.01g		
酢	0.3 g		上白糖	0.5 g		和風ドレッシング	3 g		ツナ	5 g		玉ねぎ	10 g		水	80 g		
ごま油	0.2 g		みりん	0.5 g		■中華スープ			エッグケア	3 g		人参	5 g		■パイン缶			
塩	0.01g		風味だし汁	8 g		玉ねぎ	10 g		■オレンジ			パセリ	0.01g		パイン缶	30 g		
■麩の味噌汁			■豆腐のすまし汁			人参	5 g		オレンジ	1/6玉		コンソメ	0.8 g					
おつゆ麩	1 g		絹ごし豆腐	12 g		にら	1 g					塩	0.01g					
玉ねぎ	12 g		玉ねぎ	8 g		チキンスープ	1.5 g					水	80 g					
ねぎ	1 g		みつば	1 g		塩	0.1 g											
味噌	3 g		うす口しょうゆ	0.5 g		水	80 g											
風味だし汁	80 g		塩	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	100 g		牛乳	100 g		牛乳	100 g		牛乳	100 g		牛乳	100 g		牛乳	100 g		
■クラッシュりんご寒天			■ジャムサンド			■スイートポテト			■豆腐ブラウニー			■抹茶ふのラスク			■味しらべ			
アップルジュース	40 g		食パン	1/2枚		さつま芋	30 g		絹ごし豆腐	20 g		おつゆ麩	8 g		味しらべ	1枚		
上白糖	2.4 g		いちごジャム	10 g		マーガリン	1.6 g		牛乳	5 g		マーガリン	4 g		■ラムネ			
寒天	0.4 g					牛乳	4 g		小麦粉	20 g		グリーンティ	0.01g		ラムネ	1個		
水	12 g					上白糖	3 g		ココア	1 g								
■星たべよ									ベーキングパウダー	0.2 g								
星たべよ	1枚								上白糖	5 g								
									なたね油	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11月23日（月）～2026年11月29日（日）

11月23日（月）				11月24日（火）				11月25日（水）				11月26日（木）				11月27日（金）				11月28日（土）				11月29日（日）			
E	kcal	蛋白	g	E	547 kcal	蛋白	19.6 g	E	562 kcal	蛋白	20.8 g	E	383 kcal	蛋白	17.1 g	E	411 kcal	蛋白	16.4 g	E	448 kcal	蛋白	15.7 g				
脂質	g	食塩	g	脂質	18.8 g	食塩	1.5 g	脂質	22.0 g	食塩	1.1 g	脂質	5.6 g	食塩	2.6 g	脂質	8.5 g	食塩	1.3 g	脂質	13.8 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 ■ソフトサラダ ソフトサラダ 1枚				■牛乳 牛乳 100 g ■星たべよ 星たべよ 1枚							
昼食				昼食				昼食				昼食				昼食				昼食				昼食			
■勤労感謝の日				■スタミナ丼 米 50 g 豚ミンチ 30 g 人参 10 g 玉ねぎ 10 g キャベツ 15 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 ■ブロッコリーのマヨ和え ブロッコリー 25 g 人参 5 g エッグケア 3 g ■中華スープ 玉ねぎ 8 g 人参 5 g ねぎ 1 g チキンスープ 0.8 g 塩 0.01g 水 80 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 ■豆菜サラダ 大豆 5 g 小松菜 25 g 人参 5 g ツナ 5 g ごまだれ 4 g ■コンソメスープ 人参 5 g 玉ねぎ 10 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				■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				■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 ほうれん草 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 風味だし汁 80 g				■ピラフ 米 50 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 水 80 g ■黄桃 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 ■プリンアラモード プリンミックス 12.9 g 水 55 g ホイップ 4 g 黄桃缶 10 g				3時 ■お茶 ほうじ茶 100 g ■じゃこおかかおにぎり 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 ■お茶 ほうじ茶 100 g ■ジャムヨーグルト ヨーグルト 40 g 上白糖 5 g いちごジャム 5 g ■味しらべ 味しらべ 1枚				3時 ■牛乳 牛乳 100 g ■ぼたぼた焼き ぼたぼた焼 1枚 ■ぱりんこ ぱりんこ 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：2026年11月30日（月） ～ 2026年11月30日（月）

11月30日（月）						
E	512 kcal	蛋白	20.0 g			
脂質	19.2 g	食塩	1.6 g			
朝食						
■牛乳						
牛乳	100 g					
■たべっこベイベー						
たべっこベイベー	5 g					
昼食						
■親子丼						
米	55 g					
鶏卵	20 g					
鶏肉	20 g					
玉ねぎ	40 g					
みつば	1 g					
上白糖	0.5 g					
みりん	0.5 g					
濃口しょうゆ	1 g					
うす口しょうゆ	1 g					
酒	1.5 g					
風味だし汁	10 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					
■豆腐の味噌汁						
絹ごし豆腐	15 g					
わかめ	0.4 g					
ねぎ	1 g					
味噌	4 g					
風味だし汁	80 g					
3時						
■牛乳						
牛乳	100 g					
■りんごパイ						
パイシート	15 g					
りんご缶	10 g					

〈榮養月報〉

現場 : 美木多いっちゃん保育園

年月日 : 2026年11月2日 (月) ~ 2026年11月30日 (月)

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-グルテン活性	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	1027.50	54.08	42.0	185	3.3	0.5	1	3	48	0.5	0	0.05	0.01	0	0.3	0.0	
	パン類	77.00	4.05	12.0	11	0.4	0.2	18	1	3	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0	
	めん類	207.92	10.94	16.0	16	0.5	0.1	6	0	2	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
	その他の穀類	183.50	9.66	8.5	34	0.9	0.6	24	4	13	0.1	0	0.01	0.00	0	0.2	0.0	
いも類	芋類	144.72	7.62	15.0	6	0.1	0.0	0	1	31	0.0	0	0.01	0.00	2	0.4	0.0	
	いも類加工品	12.02	0.63	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		83.39	4.39	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	123.47	6.50	7.5	9	0.8	0.6	1	9	7	0.1	0	0.01	0.00	0	0.1	0.0	
	大豆、その他の豆類	14.38	0.76	3.0	3	0.2	0.1	0	1	9	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0	
種実類		2.02	0.11	1.0	1	0.0	0.1	0	1	1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
野菜類	緑黄色野菜	714.46	37.60	30.0	10	0.7	0.0	23	27	98	0.3	166	0.02	0.03	8	1.1	0.0	
	その他の野菜類	862.28	45.38	45.0	14	0.5	0.0	2	12	77	0.1	1	0.01	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	123.60	6.51	20.0	4	0.1	0.0	0	1	13	0.0	3	0.01	0.00	2	0.1	0.0	
	果実加工品	191.25	10.07	4.0	7	0.0	0.0	0	1	9	0.0	1	0.00	0.00	1	0.1	0.0	
きのこ類		23.75	1.25	3.5	0	0.0	0.0	2	0	3	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
藻類		4.38	0.23	0.5	0	0.0	0.0	8	2	10	0.0	1	0.00	0.00	0	0.1	0.0	
魚介類	魚介類（生）	160.00	8.42	10.0	14	1.6	0.7	9	2	28	0.0	3	0.01	0.01	0	0.0	0.0	
	干物、塩蔵、缶詰	40.25	2.12	2.0	5	0.5	0.3	17	1	3	0.0	1	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
	練製品	17.50	0.92	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）	471.18	24.80	15.0	43	4.7	2.4	14	1	78	0.2	5	0.11	0.05	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		81.50	4.29	10.0	6	0.5	0.4	8	2	5	0.1	8	0.00	0.01	0	0.0	0.0	
乳類	牛乳	2339.63	123.14	100.0	76	4.1	4.7	51	135	185	0.0	47	0.05	0.19	2	0.0	0.2	
	乳製品	55.00	2.89	20.0	3	0.1	0.2	2	3	5	0.0	2	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
油脂類	植物性	77.41	4.07	2.0	31	0.0	3.4	21	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1	
	動物性	13.75	0.72	1.0	5	0.0	0.6	4	0	0	0.0	4	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
調味料類	食塩	0.89	0.05	0.5	0	0.0	0.0	21	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
	醤油	45.57	2.40	3.8	1	0.2	0.0	134	0	8	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.4	
	味噌	38.13	2.01	3.2	4	0.2	0.1	98	2	8	0.1	0	0.00	0.00	0	0.1	0.2	
	その他の調味料	120.16	6.32	7.0	18	0.3	0.8	252	3	11	0.0	1	0.00	0.00	0	0.1	0.6	
その他	その他	784.34	41.28	30.0	26	0.3	0.9	22	2	35	0.0	0	0.01	0.01	1	0.2	0.1	
	その他 1	2151.46	113.23	-	0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	
合計					550	20.1	16.7	745	214	692	1.5	243	0.30	0.32	23	3.8	1.6	
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					108.48	97.57	120.14	135.21	94.27	123.57	75.00	121.50	150.00	100.00	143.75	118.75	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
247 kcal	80 kcal	150 kcal	12.0 g	9.1 g

穀類エネルギー比		炭水化物エネルギー比		蛋白質エネルギー比		脂質エネルギー比		動物性蛋白質比		動物性脂質比		カルシウム・リン比率	
$\frac{247}{550} \times 100 =$	44.9 %	$100 - 27.3 - (\frac{20.1 \times 4}{550} \times 100) =$	58.1 %	$\frac{20.1 \times 4}{550} \times 100 =$	14.6 %	$\frac{16.7 \times 9}{550} \times 100 =$	27.3 %	$\frac{12.0}{20.1} \times 100 =$	59.7 %	$\frac{9.1}{16.7} \times 100 =$	54.5 %	$\frac{214.0}{1} : \frac{328.0}{1.5} =$	
P/S比		S:M:P											
$\frac{2.57}{5.73} =$	0.45	5.73	:	4.67	:	2.57							
		3	:	2.4	:	1.3							

＜献立予定(実施)表＞

現場 : 美木多いっちゃん保育園

獻立種類：幼兒

年月日：2026年11月2日（月）～2026年11月8日（日）

11月2日（月）				11月3日（火）				11月4日（水）				11月5日（木）				11月6日（金）				11月7日（土）				11月8日（日）	
E	709 kcal	蛋白	24.1 g	E	kcal	蛋白	g	E	599 kcal	蛋白	21.6 g	E	357 kcal	蛋白	13.3 g	E	719 kcal	蛋白	22.5 g	E	156 kcal	蛋白	5.3 g		
脂質	26.0 g	食塩	2.0 g	脂質	g	食塩	g	脂質	20.5 g	食塩	1.5 g	脂質	10.0 g	食塩	1.4 g	脂質	25.1 g	食塩	2.8 g	脂質	7.7 g	食塩	0.3 g		
朝食				朝食				朝食				朝食				朝食				朝食				朝食	
■ご飯				■文化の日				■ご飯				■きつねうどん				■ポークカレー				■お弁当会					
米				米				米				うどん				米									
■チキンカツ				■さばの生姜煮				■さばの生姜煮				揚げ				豚肉									
チキンカツ				さば				さば				濃口しょうゆ				じゃが芋									
植物油				酒				酒				上白糖				玉ねぎ									
ケチャップ				しょうが				しょうが				細切り蒲鉾				人参									
とんかつソース				濃口しょうゆ				濃口しょうゆ				人参				カレールー									
キャベツ				みりん				みりん				しめじ				なたね油									
塩				風味だし汁				風味だし汁				ねぎ				水									
■ごぼうサラダ				インゲン				インゲン				濃口しょうゆ				■小松菜のサラダ									
ごぼう				濃口しょうゆ				濃口しょうゆ				みりん				小松菜									
コーン				上白糖				上白糖				風味だし汁				人参									
人参				■ほうれん草の和え物				ほうれん草				ブロッコリー				■みかん缶									
エッグケア				ほうれん草				人参				人参				みかん缶									
■オニオンスープ				濃口しょうゆ				濃口しょうゆ				ごま													
玉ねぎ				上白糖				上白糖				うす口しょうゆ													
人参				■かぼちゃの味噌汁				かぼちゃ				■バナナ													
パセリ				かぼちゃ				玉ねぎ				バナナ													
コンソメ				味噌				ねぎ																	
うす口しょうゆ				風味だし汁				風味だし汁																	
塩																									
水																									
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				牛乳				牛乳					
■マシュマロサンド				■コンソメポテト				■杏仁豆腐				■マーマレードケーキ				■星たべよ									
全粒粉ｸﾞﾗﾝｶｰ				シューストポテト				バイン缶				ホットケーキミックス				星たべよ									
マシュマロ				植物油				黄桃缶				鶏卵				■ラムネ									
				塩				杏仁豆腐				有塩バター				ラムネ									
				コンソメ								マーマレード													

＜献立予定(実施)表＞

現場 : 美木多いっちゃん保育園

獻立種類：幼兒

年月日：2026年11月9日（月）～2026年11月15日（日）

11月9日（月）				11月10日（火）				11月11日（水）				11月12日（木）				11月13日（金）				11月14日（土）				11月15日（日）	
E	538 kcal	蛋白	24.3 g	E	639 kcal	蛋白	22.3 g	E	410 kcal	蛋白	15.3 g	E	554 kcal	蛋白	23.1 g	E	428 kcal	蛋白	16.4 g	E	442 kcal	蛋白	17.2 g		
脂質	13.5 g	食塩	1.4 g	脂質	22.7 g	食塩	1.5 g	脂質	8.4 g	食塩	1.5 g	脂質	18.5 g	食塩	1.4 g	脂質	14.9 g	食塩	3.1 g	脂質	12.7 g	食塩	2.3 g		
昼食				昼食				昼食				昼食				昼食				昼食				昼食	
■豚肉と高野の卵とじ丼				■ご飯				■ご飯				■鮭ちらし寿司				■ロールパン				■焼きそば					
米		60	g	米		60	g	米		60	g	米		60	g	ロールパン	1ﾊﾞｯｸ			焼きそば		2/3玉			
豚肉		25	g	■厚揚げと大根の煮物				■赤魚の煮付け				酢		2.5	g			鶏肉	25	g	豚肉		25	g	
高野豆腐		2.5	g	厚揚げ		25	g	赤魚		1/2切		上白糖		2.25	g	■クリームシチュー		25	g	キャベツ		15	g		
玉ねぎ		37.5	g	豚肉		31.25	g	濃口しょうゆ		1.63g		塩		0.01g		玉ねぎ	40	g	玉ねぎ		12.5	g			
人参		10	g	大根		31.25	g	上白糖		2	g	鮭フレーク		22.5	g	じゃが芋	25	g	人参		5	g			
みつば		1.25	g	玉ねぎ		18.75	g	酒		0.88g		きゅうり		15	g	人参	12.5	g	なたね油		0.25	g			
鶏卵		25	g	人参		12.5	g	水		16	g	ごま		0.88	g	ブロッコリー	10	g	焼きそばソース		7.5	g			
風味だし汁		25	g	うす口しょうゆ		1.25	g	しょうが		0.13g		錦糸玉子		12.5	g	マッシュルーム	6.25	g	お好みソース		7.5	g			
濃口しょうゆ		1.25	g	上白糖		1.25	g	小松菜		12.5	g	■がんもの煮物				クリームシチュールー	18.75	g	濃口しょうゆ		0.1	g			
みりん		0.63	g	みりん		1.25	g	濃口しょうゆ		0.38	g	小判型がんも		2個		コンソメ	0.63	g	塩		0.01	g			
上白糖		0.63	g	風味だし汁		21.25	g	上白糖		0.19	g	インゲン		6.25	g	牛乳	20	g	粉かつお		0.63	g			
■チンゲン菜のポン酢和え				■白菜の和え物				■もやしとさつま揚げの和え物				■ほうれん草のマヨ和え				■わかめの味噌汁									
チンゲン菜		43.75	g	白菜		37.5	g	もやし		35	g	うす口しょうゆ		0.63	g	■ほうれん草	40	g	わかめ		0.75	g			
人参		6.25	g	人参		6.25	g	さつま揚げ		6.25	g	上白糖		0.63	g	人参	6.25	g	玉ねぎ		12.5	g			
ポン酢		1.25	g	ちくわ		5	g	人参		6.25	g	みりん		0.63	g	エッグケア	3.75	g	ねぎ		1.25	g			
上白糖		0.25	g	濃口しょうゆ		0.63	g	濃口しょうゆ		1	g	風味だし汁		21.25	g	■みかん缶			味噌		5	g			
■玉ねぎの味噌汁				■えのきの味噌汁				■手毬麩のすまし汁				■みかん缶				■黄桃									
玉ねぎ		15	g	■えのきの味噌汁				■揚げの味噌汁				手毬麩		0.63	g	みかん缶	37.5	g	風味だし汁		100	g			
人参		5	g	えのき		6.25	g	揚げ		2.25	g	玉ねぎ		9.5	g			■黄桃							
ねぎ		1.25	g	玉ねぎ		12.5	g	玉ねぎ		10	g	みつば		1.19	g			黄桃缶		37.5	g				
味噌		5	g	ねぎ		1.25	g	ねぎ		1.25	g	うす口しょうゆ		1	g										
風味だし汁		100	g	味噌		5.63	g	味噌		5	g	塩		0.01	g										
				風味だし汁		100	g	風味だし汁		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				■お茶				■牛乳				■お茶				■牛乳					
牛乳		150	g	牛乳		150	g	ほうじ茶		150	g	牛乳		150	g	ほうじ茶		150	g	牛乳		150	g		
■きな粉蒸しパン				■クッキー				■フルーチェ				■マカロニきな粉				■お好み焼き				■ソフトサラダ					
ホットケーキミックス		20	g	小麦粉		20	g	フルーチェ（イチゴ）		37.5	g	マカロニ		11.25	g	キャベツ	25	g	ソフトサラダ		2枚				
上白糖		1.25	g	上白糖		6.88	g	牛乳		37.5	g	きな粉		3.13	g	天かす	1.25	g	■きな粉餅せんべい						
きな粉		5	g	牛乳		0.88	g	■味しらべ				上白糖		3.13	g	人参	4.5	g	きなこ餅		2枚				
牛乳		20	g	マーガリン		15	g	味しらべ		2枚						豚ミンチ	7.5	g							
																小麦粉	9.75	g							
																鶏卵	6.25	g							
																風味だし汁	6.25	g							
																お好みソース	1.88	g							
																かつお節	0.25	g							
																青のり	0.13	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11月16日（月）～2026年11月22日（日）

11月16日（月）				11月17日（火）				11月18日（水）				11月19日（木）				11月20日（金）				11月21日（土）				11月22日（日）			
E	493 kcal	蛋白	20.9 g	E	579 kcal	蛋白	23.2 g	E	543 kcal	蛋白	20.4 g	E	668 kcal	蛋白	23.3 g	E	634 kcal	蛋白	17.4 g	E	465 kcal	蛋白	16.0 g				
脂質	10.9 g	食塩	1.1 g	脂質	17.0 g	食塩	1.4 g	脂質	17.5 g	食塩	1.9 g	脂質	21.4 g	食塩	2.2 g	脂質	22.2 g	食塩	1.7 g	脂質	9.0 g	食塩	1.4 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					
■豚肉の生姜炒め				■鮭のバター醤油焼き				■中華風ローストチキン				牛肉				■牛肉コロッケ				豚肉							
豚肉		43.75g		鮭		1/2切		鶏肉		3枚		マッシュルーム		5 g		牛肉コロッケ		1個		玉ねぎ		25 g					
玉ねぎ		18.75g		酒		0.75g		玉ねぎ		18.75g		玉ねぎ		37.5 g		植物油		4.38g		人参		7.5 g					
キャベツ		37.5 g		濃口しょうゆ		2 g		しょうが		0.25g		人参		12.5 g		ケチャップ		6.25g		白菜		37.5 g					
人参		5 g		みりん		0.75g		濃口しょうゆ		3.13g		なたね油		1.75g		キャベツ		12.5 g		椎茸		7.5 g					
濃口しょうゆ		1.25g		無塩バター		2.5 g		みりん		0.63g		コンソメ		0.33g		塩		0.01g		なたね油		0.25g					
上白糖		0.63g		ほうれん草		18.75g		ごま		0.38g		ケチャップ		2.5 g		■マカロニサラダ				チキンスープ		1.25g					
みりん		1.25g		濃口しょうゆ		0.38g		ごま油		0.25g		上白糖		0.63g		マカロニ		10 g		みりん		2.5 g					
しょうが		0.38g		上白糖		0.19g		インゲン		12.5 g		塩		0.01g		人参		5 g		濃口しょうゆ		0.01g					
なたね油		0.25g		■ひじき煮				濃口しょうゆ		0.38g		ビーフシチュールー		7.5 g		コーン		3.75g		塩		0.01g					
■春雨の和え物				揚げ		3.56g		上白糖		0.13g		ハヤシフレーク		7.5 g		エッグケア		5 g		片栗粉		0.88g					
春雨		5 g		ひじき		2.75g		■大根サラダ				水		62.5 g		うす口しょうゆ		0.63g		■わかめスープ							
きゅうり		6.25g		グリンピース		3.56g		大根		31.25g		■ブロッコリーのサラダ				塩		0.01g		わかめ		0.38g					
コーン		5 g		人参		3.56g		人参		6.25g		ブロッコリー		31.25g		■コンソメスープ				玉ねぎ		12.5 g					
うす口しょうゆ		0.5 g		うす口しょうゆ		0.63g		きゅうり		6.25g		人参		6.25g		じゃが芋		12.5 g		チキンスープ		1 g					
酢		0.38g		上白糖		0.63g		和風ドレッシング		3.75g		ツナ		6.25g		玉ねぎ		12.5 g		塩		0.01g					
ごま油		0.25g		みりん		0.63g		■中華スープ				エッグケア		3.75g		人参		6.25g		水		100 g					
塩		0.01g		風味だし汁		10 g		玉ねぎ		12.5 g		■オレンジ				パセリ		0.01g		■パイン缶							
■麴の味噌汁				■豆腐のすまし汁				人参		6.25g		オレンジ		2/6玉		コンソメ		1 g		パイン缶		37.5 g					
おつゆ麴		1.25g		絹ごし豆腐		15 g		にら		1.25g						塩		0.01g									
玉ねぎ		15 g		玉ねぎ		10 g		チキンスープ		1.88g						水		100 g									
ねぎ		1.25g		みつば		1.25g		塩		0.13g																	
味噌		3.75g		うす口しょうゆ		0.63g		水		100 g																	
風味だし汁		100 g		塩		0.01g																					
				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							
牛乳		150 g		牛乳		150 g		牛乳		150 g		牛乳		150 g		牛乳		150 g		牛乳		150 g					
■クラッシュりんご寒天				■ジャムサンド				■スイートポテト				■豆腐ブラウニー				■抹茶ふのラスク				■味しらべ							
アップルジュース		50 g		食パン		1枚		さつま芋		37.5 g		絹ごし豆腐		25 g		おつゆ麴		10 g		味しらべ		2枚					
上白糖		3 g		マーガリン		2 g		牛乳		5 g		牛乳		6.25g		マーガリン		5 g		■ラムネ							
寒天		0.5 g		いちごジャム		12.5 g		牛乳		3.75g		小麦粉		25 g		グリーンティ		0.01g		ラムネ		2個					
水		15 g						上白糖				ココア		1.25g													
■星たべよ												ペーキングパウダー															
星たべよ		2枚										上白糖		6.25g													
												なたね油		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11月23日（月）～2026年11月29日（日）

11月23日（月）				11月24日（火）				11月25日（水）				11月26日（木）				11月27日（金）				11月28日（土）				11月29日（日）			
E	kcal	蛋白	g	E	578 kcal	蛋白	20.5 g	E	624 kcal	蛋白	23.7 g	E	394 kcal	蛋白	17.3 g	E	398 kcal	蛋白	14.5 g	E	483 kcal	蛋白	15.9 g				
脂質	g	食塩	g	脂質	18.9 g	食塩	1.8 g	脂質	24.0 g	食塩	1.7 g	脂質	2.4 g	食塩	3.1 g	脂質	4.9 g	食塩	1.8 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			
■勤労感謝の日				■スタミナ丼				■☆お誕生日会☆				■しょうゆラーメン				■ご飯				■ピラフ							
				米 60 g				米 60 g				中華そば 2/3玉				米 60 g				米 60 g							
				豚ミンチ 37.5 g								豚肉 25 g				■白身魚の野菜あんかけ				鶏肉 31.25g							
				人参 12.5 g								もやし 25 g				ホキ 1/2切				玉ねぎ 18.75g							
				玉ねぎ 12.5 g				鶏肉 3枚				人参 6.25g				なたね油 0.25g				ミックスベジタブル 18.75g							
				キャベツ 18.75g				しょうが 0.13g				チンゲン菜 15 g				ほうれん草 18.75g				塩 0.01g							
				しょうが 0.38g				濃口しょうゆ 2 g				しょうゆラーメンスープの素 10 g				玉ねぎ 12.5 g				コンソメ 1 g							
				ねぎ 1.88g				みりん 1 g				水 162.5 g				人参 3.75g				なたね油 0.25g							
				酒 1.88g				片栗粉 2.5 g				チキンスープ 1.25g				うす口しょうゆ 1 g				■具だくさんスープ							
				みりん 1.13g				植物油 3.13g				ごま油 0.38g				みりん 0.63g				じゃが芋 20 g							
				濃口しょうゆ 2.5 g				インゲン 12.5 g				■大根のさっぱり和え				酢 1 g				玉ねぎ 10 g							
				味噌 5 g				濃口しょうゆ 0.38g				大根 37.5 g				風味だし汁 31.25g				人参 4.5 g							
				■ブロッコリーのマヨ和え				上白糖 0.19g				わかめ 0.5 g				片栗粉 0.38g				コンソメ 1 g							
				ブロッコリー 31.25g				■豆菜サラダ				人参 6.25g				■キャベツのゆかり和え				0.38g							
				人参 6.25g				大豆 6.25g				ボン酢 3.75g				キャベツ 31.25g				塩 0.01g							
				エッグケア 3.75g				小松菜 31.25g				上白糖 0.63g				人参 6.25g				水 100 g							
				■中華スープ				人参 6.25g				■みかん				しその香 0.75g				■黄桃							
				玉ねぎ 10 g				ツナ 6.25g				みかん 1個				うす口しょうゆ 0.38g				黄桃缶 37.5 g							
				ねぎ 1.25g				ごまだれ 5 g																			
				チキンスープ 1 g				■コンソメスープ								■さつま芋の味噌汁											
				塩 0.01g				人参 6.25g								さつま芋 12.5 g											
				水 100 g				玉ねぎ 12.5 g								玉ねぎ 10 g											
								パセリ 1.25g								ねぎ 1.25g											
								コンソメ 1 g								味噌 3.75g											
								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				■お茶				■お茶				■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							
				■マフィン				■プリンアラモード				■じゃこおかかおにぎり				■ジャムヨーグルト				■ぼたぼた焼き							
				マーガリン 3.75g				プリンミックス 16.13g				米 50 g				ヨーグルト 50 g				ぼたぼた焼 2枚							
				上白糖 7.5 g				水 68.75g				粉かつお 1.25g				上白糖 6.25g											
				鶏卵 6.5 g				ホイップ 5 g				ちりめんじゃこ 3.75g				いちごジャム 6.25g				■ばりんこ							
				小麦粉 16.88g				黄桃缶 12.5 g				濃口しょうゆ 0.5 g								ばりんこ 2枚							
				ベーキングパウダー 0.63g												■味しらべ											
				水 5.63g												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11月30日（月） ～ 2026年11月30日（月）

11月30日（月）						
E	570 kcal	蛋白	21.5 g			
脂質	20.1 g	食塩	1.8 g			
昼食						
■親子丼						
米	68.75g					
鶏卵	25 g					
鶏肉	25 g					
玉ねぎ	50 g					
みつば	1.25g					
上白糖	0.63g					
みりん	0.63g					
濃口しょうゆ	1.25g					
うす口しょうゆ	1.25g					
酒	1.88g					
風味だし汁	12.5 g					
■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					
■豆腐の味噌汁						
絹ごし豆腐	18.75g					
わかめ	0.5 g					
ねぎ	1.25g					
味噌	5 g					
風味だし汁	100 g					
3時						
■牛乳						
牛乳	150 g					
■りんごパイ						
パイシート	18.75g					
りんご缶	12.5 g					