献立作成
幼児期[3-5歳/1-2歳]

献立作成の基本的な流れ

サンプルレシピ

カレンダー

マイレシピ

はじめ

サンプルレシピで献立作成

or

レシピを１から打って献立作成

(この繰り返し)

マイレシピに登録

マイレシピが貯まる

その後

過去の献立を期間コピー

(2週間など)

or

マイレシピを組合せて献立作成

事前にデータ移行を行なっている場合はこの限りではありません

[献立] 画面表示説明

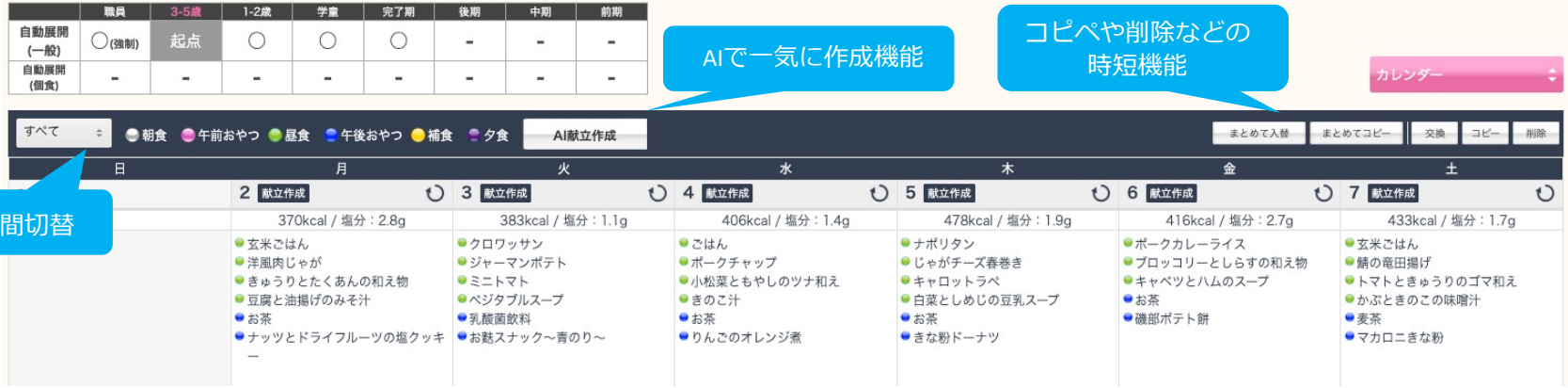
選択されているメニューがピンク色
献立
マイレシピ
設定
サポート
お知らせ
衛生管理
表示する期間の選択
1日～2ケ月間
デフォルト1ケ月
食らぼキッズ保育園
予定
2025/06/01
2025/06/30
3-5歳の献立（一般）/予定
表示編集したい幼児期/離乳食期の選択
幼児食
離乳食
職員献立編集
3-5歳
1-2歳
学童
完了期
後期
中期
個別登録園児
アレルギー 山田太郎
アレルギー 佐藤瞳
アレルギー 難門炭治郎
アレルギー 山田一郎
職員も選択可能
グラフ等表示
詳細情報を表示
100%
80%
60%
40%
20%
0%
kcal Pro Fat K Ca Fe VA VB1 VB2 VC Fib Sal N3 N6 Zn Mg
数値としての詳細表示可能
表示期間に連動した給与栄養量グラフ
個人献立も選択可能
ATTENTION
・本献立を新規作成すると、下表の自動展開期に○表示されている「期」や「個食」へ、可食部展開率に従って自動的に展開されます。ベースとなる献立を自動展開した後に、それぞれの期や個食で個別の編集が可能です。
・すでに作成された本献立を編集すると、下表の自動展開期に○表示されている「期」のみ自動的に上書き展開されます。ただし、「個食」はその日の献立が空の場合にのみ展開されますが、個食が上書きされることはありません。
・献立を作成及び編集したタイミングで、各種設定(自動展開期や展開率、個別園児登録、アレルギー食材等)を参照し、その設定に基づいて自動展開されます。従って、献立編集後に各種設定を変更した場合には、その変更された各種設定内容は、すでに作成された献立には影響を与えません。最新の設定内容に基づき、改めて献立を自動展開したい場合には、日付ごとの**クルクルボタン**か、カレンダー画面下部にある[カレンダー期間全ての献立を展開し直す]を押して下さい。
※自動展開の設定状態で3-5歳の献立を削除しますと、削除した状態が自動展開されます。つまり、展開指定した幼児期(個食以外)全ての献立が消えてしまうのでご注意ください。
職員 / 3-5歳 / 1-2歳 / 学童 / 完了期 / 後期 / 中期 / 前期
自動展開(一般) ○(強制) 起点 ○ ○ ○ - - -
自動展開(個食) - - - - - - - -
事前設定した自動展開期
カレンダー以外の編集方法選択
すべて
朝食 午前おやつ 昼食 午後おやつ 補食 夕食
AI献立作成
まとめて入替 まとめてコピー 交換 コピー 削除
作成した日毎の献立が表示される
日 月 火 水 木 金 土
1
2 献立作成 370kcal / 塩分：2.8g
玄米ごはん
洋風肉じゃが
きゅうりとたくあんの和え物
豆腐と油揚げのみそ汁
お茶
ナッツとドライフルーツの塩クッキー
3 献立作成 383kcal / 塩分：1.1g
クロワッサン
ジャーマンポテト
ミニトマト
ベジタブルスープ
乳酸菌飲料
お魚スナック～青のり～
4 献立作成 406kcal / 塩分：1.4g
ごはん
ポークチャップ
小松菜ともやしのツナ和え
きのこ汁
お茶
りんごのオレンジ煮
5 献立作成 478kcal / 塩分：1.9g
ナポリタン
じゃがチーズ春巻き
キャロットラペ
白菜としめじの豆乳スープ
お茶
きな粉ドーナツ
6 献立作成 416kcal / 塩分：2.7g
ポークカレーライス
ブロッコリーとしらすの和え物
キャベツとハムのスープ
お茶
磯部ポテト餅
7 献立作成 433kcal / 塩分：1.7g
玄米ごはん
鯖の竜田揚げ
トマトときゅうりのゴマ和え
かぶときのこの味噌汁
麦茶
マカロニきな粉

[献立] 画面表示説明　続き

ATTENTION

・本献立を新規作成すると、下表の自動展開期に○表示されている「期」や「個食」へ、可食部展開率に従って自動的に展開されます。ベースとなる献立を自動展開した後に、それぞれの期や個食で個別の編集が可能です。
・すでに作成された本献立を編集すると、下表の自動展開期に○表示されている「期」のみ自動的に上書き展開されます。ただし、「個食」はその日の献立が空の場合にのみ展開されますが、個食が上書きされることはありません。
・献立を作成及び編集したタイミングで、各種設定(自動展開期や展開率、個別園児登録、アレルギー食材等)を参照し、その設定に基づいて自動展開されます。従って、献立編集後に各種設定を変更した場合には、その変更された各種設定内容は、すでに作成された献立には影響を与えません。最新の設定内容に基づき、改めて献立を自動展開したい場合には、日付ごとの**クルクルボタン**か、カレンダー画面下部にある[カレンダー期間全ての献立を展開し直す]を押して下さい。
※自動展開の設定状態で3-5歳の献立を削除しますと、削除した状態が自動展開されます。つまり、展開指定した幼児期(個食以外)全ての献立が消えてしまうのでご注意ください。

	職員	3-5歳	1-2歳	学童	完了期	後期	中期	前期
自動展開（一般）	○(強制)	起点	○	○	○	-	-	-
自動展開（個食）	-	-	-	-	-	-	-	-



[献立] 献立作成のいくつかの方法

まずは ここから ▶

❶ **基本中の基本**です。献立作成したい**日付のこの枠内の部分(献立がなければ空白)**をクリックすると、**その日付の献立編集画面**に切り替わります。

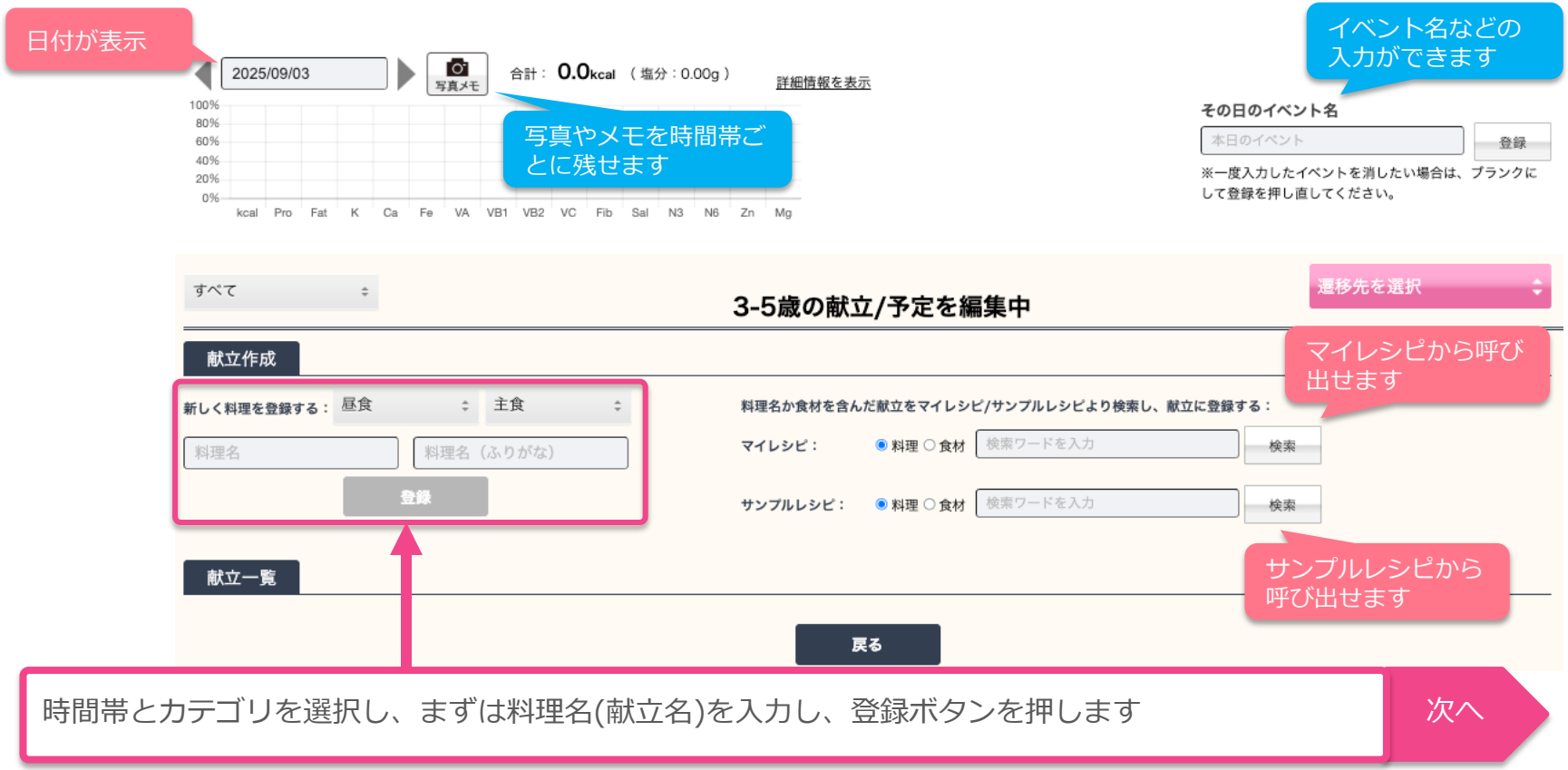
❷ その日付の**[献立作成]ボタン**を押すと、マイレシピやサンプルレシピから、このカレンダー画面上で献立を取り込む**ショートカット機能**です。

❸ **1週間分の献立を並列**に編集したり、**3-5歳/1-2歳/職員を並べて**編集する画面へ切替できます。

❹ 1ヶ月分の献立を自動的に**一気に作成**する機能です。

❺ **コピペ、入替、削除などの献立作成における時短機能**です。

[献立]　前項❶日付の枠内を押した場合→日付の献立編集

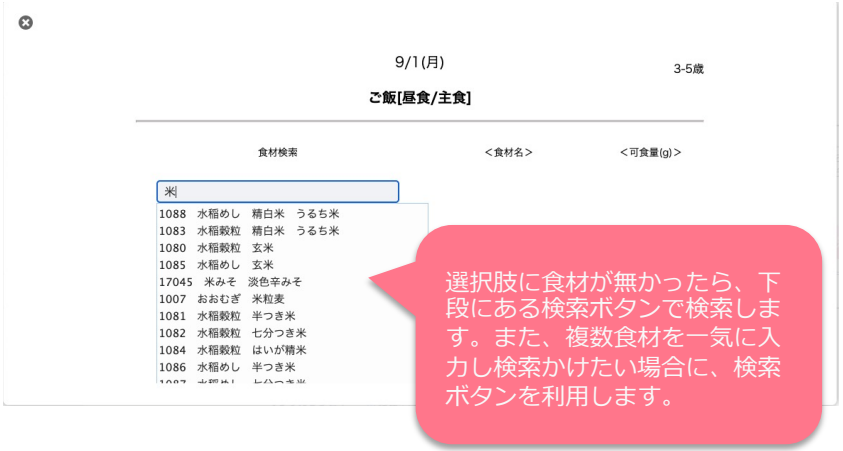


時間帯とカテゴリを選択し、まずは料理名(献立名)を入力し、登録ボタンを押します

次へ

※**ふりがな**、は入力しなくても大丈夫ですが、マイレシピ登録した後などに呼び出す際の**検索ワードの一つとなります。**

[献立] 食材入力→候補確定→可食量の入力(つまり、レシピ入力)



食材検索の窓に食材を入力すると、自動的に候補が現れるので食材を選択します。

可食量に食材量を入力し、[追加]ボタンを押します。

献立の全ての食材を入力するまで繰り返し、終わったらxボタンでポップアップ画面を閉じます

次へ

[献立] レシピの最終確認と補足機能

ここまでで一つの献立が完成したことになります

次へ

[献立] 画面の補足

2025/07/01
写真メモ
合計： 525.0kcal （塩分：2.50g）
詳細情報を表示
その日のイベント名
本日のイベント
登録
※一度入力したイベントを消したい場合は、ブランクにして登録を押し直してください。
すべて
3-5歳の献立/予定を編集中
遷移先を選択
献立作成
主菜
料理名か食材を含んだ献立をマイレシピ/サンプルレシピより検索し、献立に登録する：
マイレシピ：
料理 食材
検索ワードを入力
検索
サンプルレシピ：
料理 食材
検索ワードを入力
検索
献立一覧
飲み物 牛乳 ぎゅうにゅう 作り方 削除 食育等 21 kcal マイレシピに保存
間食 桃 もも 作り方 削除 食育等 11 kcal マイレシピに保存
主食 おかかおにぎり おかかおにぎり 作り方 削除 食育等 144 kcal マイレシピに保存
主食 メカジキの照り焼き めかじきのてりやき 作り方 削除
副菜 切干大根入り卵焼き きりぼしだいこんいりたま 作り方 削除
汁物 かき玉汁 かきたまじる 作り方 削除 食育等 27 kcal マイレシピに保存
飲み物 お茶 おちゃ 作り方 削除 食育等 5 kcal マイレシピに保存
ボタンを押すと食材が下段に表示されます
栄養素のグラフや詳細情報を献立単位で切り替えできます

[献立] 補足 献立表示順序の変更

同一時間帯(昼食など)での献立の表示順は、カテゴリの上からの順位で表示されます。下よりも上の方が優先度が高く、上に表示されます。
同じカテゴリの場合、作成した早いもの順です。

[献立] 補足 食材表示順序の変更

献立内での食材の表示順は、右にある表示順で変更できます。
変更したら「標準保存」ボタンを押しましょう。

献立編集は大きく3種類

食らぼキッズ
ShokuLab Kids

カレンダー

切り替え

調理工程上で同一献立内に同じ食材がある場合、食材は合算されてしまうので、利用にはご注意ください。

週間編集

・1週間を並べて分量の調整したい
・離乳食期など混合で並べて1日を編集したい

まとめて編集

・3-5歳/1-2歳/職員を並べて編集したい
・総量から可食量を逆算させたい

切り替え場所

カレンダー

すべて　朝食　午前おやつ　昼食　午後おやつ　補食　夕食　AI献立作成　まとめて入替　まとめてコピー　交換　コピー　削除

日	月	火	水	木	金	土
		1 献立作成	2 献立作成	3 献立作成	4 献立作成	5 献立作成
		525kcal / 塩分：2.5g	528kcal / 塩分：2.4g	494kcal / 塩分：3.8g	524kcal / 塩分：2.1g	463kcal / 塩分：2.7g
		牛乳 桃 おかかおにぎり メカジキの照り焼き 切干大根入り卵焼き かき玉汁 お茶 きな粉揚げパン	牛乳 梨 ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き もやしの塩昆布和え かぶときのこの味噌汁 お茶 かぼちゃクッキー	牛乳 みかん 肉うどん 小松菜と切り干し大根のごま和え 大根の甘酢漬け お茶 バナナケーキ	牛乳 ぶどう 玄米ごはん まいたけの豚肉巻き わかめサラダ なめこ汁 牛乳 ボーロ	牛乳 りんご ロールパン 鶏肉のトマト煮 ほうれん草のバターソテー オニオンスープ 麦茶 アンパンマンのソフトせんべい

[献立] 週間編集 1週間を並列編集

1週間分の献立と食材を並列に確認しながら直接編集できます

[献立] 週間編集 幼児期混合で編集(1日単位)

本画面内では、**自動展開が強制的にOFF**になりますので、展開したい場合には❶クルクルボタンを押して**展開させる**ことができます

[献立] まとめて編集

ここで表示した日付の献立は、同一献立内の同一食材は一つに合算されますのでご注意ください

3-5歳/1-2歳/職員のみ編集でき、最左で選択した献立が、右ブロックに表示されます

総使用量を編集して逆展開すると、食数と可食部展開率を使ってそれぞれの可食量が逆算されます

補足

献立のコピペや入れ替えなど時短機能

[献立]カレンダー

献立をまとめてコピーしたり、一気に削除したり、入れ替えしたりなど、様々な時短操作が可能です

行いたい操作と名前で想像し、実際に実行してみると直ぐに分かると思います

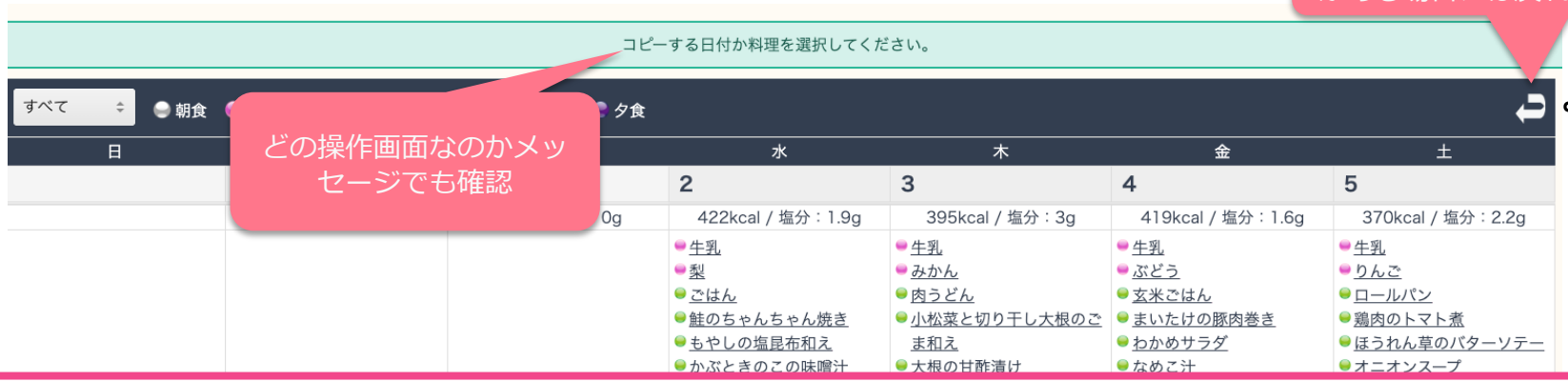
その際の注意点

階層化

たとえば、
1.コピーを選択すると
→
2.コピー元の選択
→
3.貼り付け先の選択

下の階層にいく

を実行後、まだ3の階層の状態です。



階層化される操作と、されない操作があります

階層化されている場合、どの階層で操作しているのか、ボタンとメッセージで確認しましょう

食材の入れ替え

プルダウン

その日の献立編集画面にて、左側のピンクの+ボタンを押すと食材が表示されますが、その際に、「食材入替」ボタンも存在します。ここで、その食材のみか、同月の食材全てかを選択して、一気に食材の入替が可能です。