



サンプルレシピ
マイレシピ

[献立] サンプルレシピ/マイレシピの取り込み

① その日の献立編集

献立作成

新しく料理を登録する: 昼食 : 主食 :

料理名: 料理名 (ふりがな):

登録

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

サンプルレシピ: ☐ 料理 ☒ 食材 検索

献立一覧

昼食	主食	ロール	ろーる	編集	削除	食育	185 kcal	マイレシピに保存
昼食	主食	かぼちゃコロッケ	かぼちゃこっけ	編集	削除	食育	181 kcal	マイレシピに保存

料理か食材かを選べます。つまり、料理名のキーワードか、使われている食材かで、検索をかけ献立を呼び出すことができます♪



② カレンダー上でのショートカット

● 朝食 ● 午前おやつ ● 昼食 ● 午後おやつ ● 補食 ● 夕食 AI献立作成

月 火 水 木 金 土 日

1 2 3 4 5 6 7

2025年1月8日(水)

新しく料理を登録する: 昼食 主食

☒ マイレシピ ☐ サンプルレシピ

戻る

献立作成 7

181kcal / 脂分: 2.1g

- 鮭ご飯
- スペイン風オムレツ
- マカロニサラダ
- 味噌汁 (じゃがいも、玉ねぎ、わかめ)
- お茶
- さつまいものミルク煮

③ 1週間の並列編集

2025/01/01 ~ 2025/01/08 3-5歳

1/2(水) 1/3(金) 1/4(土)

1/2(水)

ロール

ロールパン 60g

かぼちゃコロッケ

西洋かぼちゃ 40g

豚ひき肉 12g

たまねぎ 10g

スイートコーン缶 5g

塩 0.1g

2025年1月2日(木)

新しく料理を登録する: 昼食 主食

☒ マイレシピ ☐ サンプルレシピ ☐ 手動入力

戻る

サンプルレシピ/マイレシピは、献立作成できるそれぞれの画面で呼び出すことができます

サンプルレシピ

※3-5歳の献立を編集中

献立に取り込みたいところの指定

昼食
◇
サンプルレシピのカテゴリを使用
◇

★献立として取り込みたい日付やカテゴリなどを指定します

サンプルレシピの検索

●料理 ○食材
全て
◇

検索

カテゴリ	料理名	kcal	内容	サンプル	登録日	チェック
主食	10倍がゆ(5-6ヶ月)	23	水稲めし 精白米 うるち米 (150g) / 水 (100)		2024/06/14	<input type="checkbox"/>
主食	5倍がゆ(9-11ヶ月)	78	水稲めし 精白米 うるち米 (50g) / 水 (100)	サンプル	2024/04/11	<input checked="" type="checkbox"/>
主食	7倍がゆ(7-8ヶ月)	39	水稲めし 精白米 うるち米 (25g) / 水 (75)	サンプル	2024/05/23	<input type="checkbox"/>
主食	あさりの炊き込みごはん	160	水稲穀粒 精白米 うるち米 (38g) / 鶏揚げ (1枚) / あさり 缶詰 水煮 (7) / にんじん 根 皮なし 生 (10) / こいぬ 干し (1) / 上白糖 (0.3) / かつおだし 荒節 (50)			<input type="checkbox"/>
主食	あんかけスパゲティ					<input type="checkbox"/>
主食	あんかけ焼きそば					<input type="checkbox"/>

主食、主菜、副菜など、カテゴリでフィルタして検索できます

レシピ部分をクリックすると、作り方や栄養素など、詳しい情報が表示されます

✓ 全て
主食
主菜
副菜
汁物
デザート
飲み物 アレルギ
間食 その食材
その他 検索で
持参 (new)

×

カテゴリー

製品名

卵類	卵	<input type="checkbox"/>
乳類	乳	<input type="checkbox"/>
穀類	小麦	<input checked="" type="checkbox"/>
<div> <div>食材をチェックすると、 使われていないレシピだ ます</div> </div>		
雑実類	カシューナッツ	<input type="checkbox"/>
雑実類	クルミ	<input type="checkbox"/>
雑実類	落花生	<input type="checkbox"/>
雑実類	ごま	<input type="checkbox"/>
<div> <div>レシピにチェックを</div> </div>		
魚介類	いくら	<input type="checkbox"/>
魚介類	イカ	<input type="checkbox"/>

サンプルレシピページは一覧で見れますが、常に献立に取り込む準備段階での表示となりますので、
※3-5歳の献立を編集中、等の表示がされています

[サンプルレシピ] 取り込む献立を確定

年齢期が表示

サンプルレシピ

※3-5歳の献立を編集集中

献立に取り込みたいところの指定

2025/12/18 移行率(展開率) 100 %

昼食 サンプルレシピのカテゴリを使用

サンプルレシピの検索

料理 食材 主食

検索ワードを入力

検索

検索から除外するアレルギー製品

一覧

検索結果: 221 / 1268件

主食の検索結果を表示中

	カテゴリ	料理名	kcal	レシピ	提供	登録日	チェック
♥	主食	あさりの炊き込みごはん	160	水稲穀粒 精白米 うるち米 (38) / 油揚げ 生 (4) / あさり 缶詰 水煮 (7) / にんじん 根 皮なし 生 (10) / こいくちしょうゆ (2) / 合成清酒 (1) / 上白糖 (0.3) / かつおだし 荒節 (50)	幼児食	2022/04/16	<input type="checkbox"/>
♡	主食	あんかけスパゲティ	221	豚ばらベーコン (20) / たまねぎ りん茎 生 (10) / 青ピーマン 果実 生 (5) / マッシュルーム 生 (10) / スイートコーン 缶詰 ホールカーネルスタイル (3) / オリーブ油 (2.5) / トマトケチャップ (3.5) / ウスターソース (1) / 顆粒中華だし (1) / 上白糖 (1.2) / 水 (30) / ジャがいもでん粉 (2.5) / マカロニ・スパゲッティ 乾 (35)	幼児食	2022/03/20	<input type="checkbox"/>
♡	主食	あんかけ焼きそば	356	中華めん 生 (100) / 調合油 (3) / 中濃ソース (3) / 大型 ふた もも 脂身つき 生 (20) / にんじん 根 皮なし 生 (15) / たまねぎ りん茎 生 (20) / りょくとうもやし 生 (30) / キャベツ 結球葉 生 (20) / にら 葉 生 (5) / 乾しいたけ 乾 (1) / 食塩 (0.4) / こいくちしょうゆ (3) / 昆布だし 水出し (30) / ごま油 (0.5) / ジャがいもでん粉 (3) / 水 (6)	幼児食	2024/04/05	<input type="checkbox"/>
♡	主食	おかかおにぎり	138	加工品 かつお節 (3) / ごま 乾 (1) / こいくちしょうゆ (3) / 水稲穀粒 精白米 うるち米 (35)	幼児食	2022/05/21	<input type="checkbox"/>
♡	主食	お好み焼き	207	薄力粉 1等 (16) / かつおだし 荒節 (10) / 全卵 生 (8) / しらす干し 微乾燥品 (5) / さくらえび 素干し (1) / キャベツ 結球葉 生 (20) / にら 葉 生 (6) / あおのり 素干し (0.1) / かつお 加工品 削り節 (0.2) / マヨネーズ 卵黄型 (1) / 中濃ソース (1) / 食	幼児食	2022/11/24	<input type="checkbox"/>

①日付などを確定し、②取り込みたい献立にチェックを入れ登録します。

[サンプルレシピ] アレルギー管理

献立に取込みたいところの指定
2025/12/18 移行率(展開率) 100 %

サンプルレシピの検索
料理 食材 主食 検索ワードを入力 検索

昼食 サンプルレシピのカテゴリを使用 検索から除外するアレルギー製品 一覧

検索結果: 221 / 1268件 主食の検索結果を表示中

	カテゴリ	料理名	kcal	レシピ	提供	登録日	チェック
♥	主食	あさりの炊き込みごはん	160	水稲穀粒 精白米 うるち米 (38) / 油揚げ 生 (4) / あさり 缶詰 水漬 (7) / にんじん 根 皮なし 生 (10) / こいくちしょうゆ (2) / 合成菜油 (1) / 上白糖 (0.3) / かつおだし 生煎 (50)	幼児食	2022/04/16	<input type="checkbox"/>
♡	主食	あんかけスパゲティ	221	厚ばらベーコン (20) / たまねぎ りんご 生 (10) / 青ピーマン 果実 生 (5) / マッシュルーム 生 (10) / スイートコーン 缶詰 ホールカーネルスタイル (3) / オリーブ油 (2.5) / トマトケチャップ (3.5) / クスターソース (1) / 鶏肉中華だし (1) / 上白糖 (1.2) / 水 (30) / ジャがいもでん粉 (2.5) / マカロニ スパゲッティ 乾 (35)	幼児食	2022/03/20	<input type="checkbox"/>
♡	主食	あんかけ焼きそば	356	中華めん 生 (100) / 鶏油 (3) / 中濃ソース (3) / 大型 ぶた もも 豚身つき 生 (20) / にんじん 根 皮なし 生 (15) / たまねぎ うり金 生 (20) / りょくとうもやし 生 (30) / キャベツ 結球葉 生 (20) / たら 煮 生 (5) / 乾いりたけ 乾 (1) / 食塩 (0.4) / こいくちしょうゆ (3) / 厚布だし 水出し (30) / ごま油 (0.5) / ジャがいもでん粉 (3) / 水 (6)	幼児食	2024/04/05	<input type="checkbox"/>
♡	主食	おかかおにぎり	138	加工品 かつお節 (3) / ごま 乾 (1) / こいくちしょうゆ (3) / 水稲穀粒 精白米 うるち米 (35)	幼児食	2022/05/21	<input type="checkbox"/>
♡	主食	お好み焼き	207	薄力粉 1等 (16) / かつおだし 完熟 (10) / 全卵 生 (8) / しらす干し 醃製塩漬 (5) / さくらえび 素干し (1) / キャベツ 結球葉 生 (20) / たら 煮 生 (6) / あおのり 素干し (0.1) / かつお 加工品 削り節 (0.2) / マヨネーズ 卵黄型 (1) / 中濃ソース (1) / 食	幼児食	2022/11/24	<input type="checkbox"/>

戻る 登録

×

2

カテゴリー	製品名	
卵類	卵	<input type="checkbox"/>
乳類	乳	<input type="checkbox"/>
穀類	小麦	<input type="checkbox"/>
穀類	そば	<input type="checkbox"/>
種実類	アーモンド	<input type="checkbox"/>
種実類	カシューナッツ	<input type="checkbox"/>
種実類	クルミ	<input type="checkbox"/>
種実類	落花生	<input type="checkbox"/>
種実類	ごま	<input type="checkbox"/>
魚介類	えび	<input type="checkbox"/>
魚介類	かに	<input type="checkbox"/>
魚介類	アワビ	<input type="checkbox"/>
魚介類	いくら	<input type="checkbox"/>

①[一覧]ボタンを押し、②が吹き出しますので、アレルギー製品にチェックを入れておけば、その食材が含まれる**献立は外して検索される**便利な機能です。

[マイレシピ] マイレシピを作る



献立

マイレシピ

食数

発注

原価計算

衛生管理

帳票

サンプルレシピ

園児管理

設定

マイページ

サポート

マイレシピを作る

マイ食材を登録する

マイレシピ

63 / 63個

オリジナルのレシピや食材を登録し、献立を立てる際に検索にて呼び出すことができます

絞り込み

登録月: すべて

カテゴリ: すべて

並べ替え: 更新日時が新しい

すべてチェック

チェックを外す

検索

● 料理 ● 食材 ● タグ

検索ワードを入力

検索

リセット

チェックした項目を削除

カテゴリ	料理名	kcal	保育園名	登録日/最終更新日時	展開率	編集	作り方	タグ	削除
主菜	ポークチャップ	157	食らぼキッズ保育園	2025/06/17 2025/12/17 15:24	%			#	
主菜	洋風肉じゃが	121	食らぼキッズ保育園	2025/06/17 2025/12/17 15:24	%			#	
主菜	洋風肉じゃが	71	食らぼキッズ保育園	2025/06/17 2025/12/17 15:23	%			#	
主食	クロワッサン	219	食らぼキッズ保育園	2025/06/17 2025/12/17 15:22	%			#	
主食	玄米ごはん	171	食らぼキッズ保育園	2025/06/17 2025/12/17 15:22	%			#	
主菜	生姜焼き	143	食らぼキッズ保育園	2025/09/23 2025/10/26 13:26	%			#	
主菜	生姜焼き	98	食らぼキッズ保育園	2025/08/29 2025/08/29 15:41	%			#	

マイレシピ新規追加

以下の項目を入力してください

料理名:

料理名

料理名 (ふりがな)

カテゴリ:

指定なし

登録

通常の献立作成と手順は同様です

マイレシピは、カレンダーからの日付献立編集画面でマイレシピに保存するか、ここで[マイレシピを作る]から登録するかの2通りあります

数が多すぎると表示に時間がかかるので、メンテナンスしましょう

様々な絞り込み
検索ができます

絞り込み	登録月： すべて	カテゴリ： すべて	並べ替え： 更新日時が新しい	すべてチェック チェックを外す						
検索	<input checked="" type="radio"/> 料理 <input type="radio"/> 食材 <input type="radio"/> タグ			検索ワードを入力	検索	リセット	チェックした項目を削除			
カテゴリ	料理名	5	kcal	保育園名	登録日/最終更新日時	展開率	編集	作り方	タグ	削除
主菜	ポークチャップ		157	食らぼキッズ保育園	2025/06/17 2025/12/17 15:24	%			#	
主菜	洋風肉じゃが		121	食らぼキッズ保育園	2025/06/17 2025/12/17 15:24	%			#	
主菜	洋風肉じゃが		71	食らぼキッズ保育園	2025/06/17 2025/12/17 15:23	%			#	
主食	クロワッサン		219	食らぼキッズ保育園	2025/06/17 2025/12/17 15:22	%			#	
主食	玄米ごはん		171	食らぼキッズ保育園	2025/06/17 2025/12/17 15:22	%			#	
主菜	生姜焼き		143	食らぼキッズ保育園	2025/09/22 2025/10/28 13:26	%			#	
主菜	生姜焼き		98	食らぼキッズ保育園	2025/08/29 2025/08/29 15:41	%			#	
汁物	ベジタブルスープ		12	食らぼキッズ保育園	2025/06/17 2025/06/17 12:08	%			#	

1 2 3 4

- 1 マイレシピ独自の可食部展開率を持つことができ、一般の展開率よりも優先させることができます。
- 2 内容を編集できます。
- 3 作り方を入力できます。調理師用の献立表などに出力されます。
- 4 例えば“洋食”など、タグを自由に設定できます。⑤でタグ検索できます。

[献立]カレンダーの日付編集でのマイレシぴ編集

すべて

3-5歳の献立/予定を編集集中

遷移先を選択

献立作成

新しく料理を登録する:

昼食

主食

料理名

料理名 (ふりがな)

登録

料理名か食材を含んだ献立をマイレシぴ/サンプルレシぴより検索し、献立に登録する:

マイレシぴ:

料理

食材

検索ワードを入力

検索

サンプルレシぴ:

料理

食材

検索ワードを入力

検索

献立一覧

+ 昼食	主食	ジャージャーうどん	作り方	削除	食育等	234 kcal	マイレシぴに保存
+ 昼食	副菜	切干大根入り卵焼き	作り方	削除	食育等	72 kcal	マイレシぴを編集
+ 昼食	汁物	もやしスープ	作り方	削除	食育等	13 kcal	マイレシぴに保存
+ 午後おや	飲み物	麦茶	作り方	削除	食育等	1 kcal	マイレシぴに保存
+ 午後おや	間食	いちごヨーグルト	作り方	削除	食育等	82 kcal	マイレシぴに保存

①マイレシぴそのものを更新したい場合に押して編集するショートカットです。マイレシぴのみ影響します。
※今の献立含めた**過去**のマイレシぴを使って登録された献立には影響しません。

②その献立を変更したい場合は、+ボタンを押してプルダウンし、献立を編集してください。マイレシぴから取り込んだ献立を編集したら新しいレシピになりますので、①のボタンも連動し、「マイレシぴに保存」に変わります。