









献立名	ごはん とりのてり焼き			牛乳 赤しそあえ			なめこ汁 アーモンド小魚			行事等										合計		換算人						
											人数	1年	2年	3年	4年	5年	6年	特1	特2	特3	職員	他	3100	3100.00				
											単価	0.00												0.00	0.00			
エネルギー	たんぱく質	動物性	植物性	脂質	動物性	植物性	炭水化物	ナトリウム	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛	レチノール活性当量	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維総量	食塩相当量	熱加工	食品名	個付	一人分量						
kcal	g	g	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	μgRE	mg	mg	mg	g	g			単位	g						
358	6.0	0.0	6.0	0.9	0.0	0.9	77.7	0	4	22	0.9	1.3	0	0.45	0.04	0	0.4	0.0		[ごはん] ごはん 100g	*	1.00	個	224.00				
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		[牛乳] 牛乳		1.00	本	206.00				
82	7.6	2.6	5.0	2.8	0.2	2.6	8.1	540	61	67	1.6	0.6	7	0.07	0.07	7	2.4	1.5		[なめこ汁] 厚削節 たまねぎ さといも だいごん とうふ なめこ はねぎ 赤みそ				3.50 15.00 25.00 20.00 30.00 6.00 5.00 12.00				
70	11.9	11.7	0.2	1.0	1.0	0.0	3.5	233	3	17	0.3	0.4	5	0.05	0.07	2	0.0	0.6		[とりのてり焼き] とりむね肉 50g		1.00	個	50.00				
53	11.7	11.7	0.0	1.0	1.0	0.0	0.1	23	2	15	0.2	0.4	5	0.05	0.06	2	0.0	0.1		酒 食塩				1.00 0.10				
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		こしょう さとう (三温) みりん しょうゆ でんぷん				0.02 2.00 2.00 3.00 0.30				
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	39	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1										
8	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		[赤しそあえ] キャベツ きゅうり 赤しそ粉				40.00 15.00 0.50				
5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0										
2	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.2	171	1	2	0.1	0.0	0	0.00	0.01	0	0.0	0.4										
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0										
11	0.8	0.0	0.8	0.1	0.0	0.1	2.8	87	22	8	0.1	0.1	10	0.02	0.01	18	1.0	0.2										
8	0.5	0.0	0.5	0.1	0.0	0.1	2.1	2	17	6	0.1	0.1	2	0.02	0.01	16	0.7	0.0										
2	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.5	0	4	2	0.0	0.0	4	0.00	0.00	2	0.2	0.0										
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.2	85	1	0	0.0	0.0	4	0.00	0.00	0	0.1	0.2										
38	2.1	2.1	0.0	2.3	2.3	0.0	2.7	49	54	17	0.5	0.3	0	0.00	0.04	0	0.4	0.1		[アーモンド小魚] アーモンド小魚 8g		1.00	個	8.00				
38	2.1	2.1	0.0	2.3	2.3	0.0	2.7	49	54	17	0.5	0.3	0	0.00	0.04	0	0.4	0.1										
697	35.2	23.2	12.0	14.9	11.3	3.6	104.7	993	371	152	3.4	3.5	102	0.67	0.54	29	4.2	2.6		単純合計				668.42				
830	34.2	17.1	17.1	23.1			0.0	984	450	120	4.5	3.0	300	0.50	0.60	35	7.0	2.5		基準				704.70				

2023年10月10日 火曜日

献立1

昼食

0:通常献立

[ 予定献立表 (日毎) ]

1(中学校)

豊川市南部学校給食センター

献立名	白玉うどん		牛乳		きつねうどん		大学いも		しんこあえ		行事等		1年	2年	3年	4年	5年	6年	特1	特2	特3	職員	他	合計	換算人																							
	人数																									3100																				3100	3100.00	
	単価																									0.00																						0.00
エネルギー	たんぱく質	動物性	植物性	脂質	動物性	植物性	炭水化物	ナトリウム	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛	レチノール活性当量	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維総量	食塩相当量	熱加工	食品名	個付	一人分量																										
kcal	g	g	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	μgRE	mg	mg	mg	g	g			単位	g																										
320	7.5	0.0	7.5	1.3	0.0	1.3	66.0	315	15	15	0.5	0.5	0	0.08	0.03	0	2.3	0.8		[白玉うどん]	*	1.00	個	250.00																								
320	7.5	0.0	7.5	1.3	0.0	1.3	66.0	315	15	15	0.5	0.5	0	0.08	0.03	0	2.3	0.8		白玉うどん 250g																												
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		[牛乳]																												
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		牛乳		1.00	本	206.00																								
94	9.0	6.4	2.6	3.1	0.5	2.6	7.7	562	46	31	0.8	0.5	111	0.07	0.06	5	1.5	1.4		[きつねうどん]																												
10	2.3	2.3	0.0	0.2	0.2	0.0	0.0	14	1	3	0.3	0.1	1	0.01	0.02	0	0.0	0.1		厚削節				3.00																								
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	5	2	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0		だし用こんぶ				0.20																								
16	3.5	3.5	0.0	0.3	0.3	0.0	0.0	7	1	4	0.0	0.1	1	0.02	0.02	0	0.0	0.0		とりむね肉				15.00																								
2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		酒				2.00																								
5	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	1.4	4	4	2	0.0	0.0	108	0.01	0.01	1	0.4	0.0		にんじん				15.00																								
13	0.4	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	3.4	1	7	4	0.1	0.1	0	0.02	0.00	3	0.6	0.0		たまねぎ				40.00																								
5	0.6	0.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.5	50	1	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1		かまぼこ				5.00																								
31	1.5	0.0	1.5	2.6	0.0	2.6	0.2	1	24	10	0.3	0.2	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0		油揚げ				8.00																								
4	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.8	0	4	1	0.0	0.0	1	0.01	0.00	1	0.3	0.0		根深ねぎ				10.00																								
3	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.3	228	1	3	0.1	0.0	0	0.00	0.01	0	0.0	0.6		しょうゆ				4.00																								
2	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.2	252	1	2	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.6		うすくちしょうゆ				4.00																								
3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.7	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		でんぷん				0.80																								
166	0.9	0.0	0.9	6.4	0.0	6.4	27.2	64	29	17	0.5	0.1	1	0.07	0.02	17	1.4	0.1		[大学いも]																												
76	0.7	0.0	0.7	0.1	0.0	0.1	19.1	7	22	14	0.4	0.1	1	0.07	0.02	17	1.3	0.0		きつまいも(乱)				60.00																								
53	0.0	0.0	0.0	6.0	0.0	6.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		なたね油				6.00																								
4	0.1	0.0	0.1	0.3	0.0	0.3	0.1	0	7	2	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0		黒ごま				0.60																								
27	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	6.9	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		さとう(三温)				7.00																								
5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		みりん				2.00																								
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	57	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1		しょうゆ				1.00																								
12	0.5	0.0	0.5	0.0	0.0	0.0	2.9	102	14	6	0.1	0.0	4	0.02	0.02	11	0.6	0.3		[しんこあえ]																												
4	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	1.0	1	9	3	0.1	0.0	1	0.01	0.01	8	0.4	0.0		キャベツ				20.00																								
2	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.4	0	3	2	0.0	0.0	3	0.00	0.00	2	0.1	0.0		きゅうり				12.00																								
6	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	1.5	101	2	1	0.0	0.0	0	0.01	0.01	1	0.1	0.3		たくあん漬				8.00																								
730	24.7	13.2	11.5	18.6	8.3	10.3	113.7	1127	331	90	1.9	1.9	196	0.32	0.44	35	5.8	2.8		単純合計	値			679.60																								
830	34.2	17.1	17.1	23.1			0.0	984	450	120	4.5	3.0	300	0.50	0.60	35	7.0	2.5		基準	値			704.70																								



献立名	ごはん		牛乳		ユッケジャンスープ		たまねぎドレッシング		海そうサラダ		行事等										合計		換算人	
	人数	単価	1年	2年	3年	4年	5年	6年	特1	特2	特3	職員	他	3100	3100.00	0.00	0.00							
	単価	0.00																						
エネルギー	たんぱく質	動物性	植物性	脂質	動物性	植物性	炭水化物	ナトリウム	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛	レチノール活性当量	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維総量	食塩相当量	熱加工	食品名	個付	一人分量	単位	g
kcal	g	g	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	μgRE	mg	mg	mg	g	g	g					
358	6.0	0.0	6.0	0.9	0.0	0.9	77.7	0	4	22	0.9	1.3	0	0.45	0.04	0	0.4	0.0		[ごはん]	*	1.00	個	224.00
358	6.0	0.0	6.0	0.9	0.0	0.9	77.7	0	4	22	0.9	1.3	0	0.45	0.04	0	0.4	0.0		ごはん 100g				
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		[牛乳]		1.00	本	206.00
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		牛乳				
76	3.9	2.2	1.7	2.8	1.0	1.8	8.9	572	25	18	0.5	0.7	88	0.05	0.06	9	1.8	1.4		[ユッケジャンスープ]				
9	0.0	0.0	0.0	1.0	0.0	1.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		米油			1.00	
17	2.1	2.1	0.0	1.0	1.0	0.0	0.0	5	0	2	0.1	0.5	0	0.01	0.02	0	0.0	0.0		牛もも肉(せん)			10.00	
4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		酒			1.00	
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.9	3	3	1	0.0	0.0	72	0.01	0.01	1	0.3	0.0		にんじん			10.00	
5	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	1.2	6	7	3	0.1	0.1	0	0.01	0.00	4	0.4	0.0		だいこん			30.00	
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.3	0	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.01	0	0.2	0.0		干しいたけ			0.50	
8	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	2.1	1	4	2	0.1	0.1	0	0.01	0.00	2	0.4	0.0		たまねぎ			25.00	
4	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.8	0	4	1	0.0	0.0	1	0.01	0.00	1	0.3	0.0		根深ねぎ			10.00	
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.2	0	2	1	0.0	0.0	15	0.00	0.01	1	0.1	0.0		にら			5.00	
1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	88	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		がらスープの素			0.50	
3	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.3	228	1	3	0.1	0.0	0	0.00	0.01	0	0.0	0.6		しょうゆ			4.00	
5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		みりん			2.00	
3	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.5	28	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1		コチュジャン			1.00	
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		一味唐辛子			0.01	
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	78	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		天日塩			0.20	
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		こしょう			0.02	
4	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	0.5	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		ごま油			0.50	
4	0.3	0.0	0.3	0.2	0.0	0.2	0.3	86	3	3	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.2		赤みそ			2.00	
2	0.1	0.0	0.1	0.1	0.0	0.1	0.2	49	1	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1		白みそ			1.00	
4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		でんぶん			1.20	
143	3.1	1.9	1.2	9.1	3.1	6.0	12.0	134	9	7	0.2	0.4	28	0.09	0.04	5	0.7	0.4		[はるまき]				
90	3.1	1.9	1.2	3.1	3.1	0.0	12.0	134	9	7	0.2	0.4	28	0.09	0.04	5	0.7	0.4		はるまき 60g	1.00	個	60.00	
53	0.0	0.0	0.0	6.0	0.0	6.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		なたね油			6.00	
16	0.7	0.0	0.7	0.2	0.0	0.2	4.3	18	18	9	0.1	0.2	4	0.02	0.02	12	1.7	0.0		[海そうサラダ]				
9	0.3	0.0	0.3	0.1	0.0	0.1	2.0	0	0	2	0.0	0.1	1	0.01	0.01	0	0.5	0.0		コーン			10.00	
6	0.4	0.0	0.4	0.1	0.0	0.1	1.6	2	13	4	0.1	0.1	1	0.01	0.01	12	0.5	0.0		キャベツ			30.00	
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	9	5	3	0.0	0.0	2	0.00	0.00	0	0.3	0.0		ひじき			0.50	
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.4	7	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.4	0.0		こんにゃく寒天			0.50	
11	0.1	0.0	0.1	0.7	0.0	0.7	1.0	60	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.3		[たまねぎドレッシング]				
11	0.1	0.0	0.1	0.7	0.0	0.7	1.0	60	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.3		たまねぎドレッシング			5.00	
742	20.6	10.9	9.7	21.5	11.9	9.6	113.8	868	283	77	1.7	3.4	200	0.69	0.47	28	4.6	2.3		単純合計			646.93	
830	34.2	17.1	17.1	23.1			0.0	984	450	120	4.5	3.0	300	0.50	0.60	35	7.0	2.5		基準値			704.70	







2023年10月17日 火曜日

献立1 昼食

0:通常献立

[ 予定献立表 (日毎) ]

1(中学校)

豊川市南部学校給食センター

献立名	ごはん ひれカツ		牛乳 和風サラダ				煮みそ 和風ドレッシング				行事等										合計		換算人							
	人数		1年		2年		3年		4年		5年		6年		特1		特2		特3		職員		他		3100		3100.00			
	単価		0.00																				0.00		0.00					
エネルギー kcal	たんぱく質 g	動物性 g	植物性 g	脂質			炭水化物 g	ナトリウム mg	カルシウム mg	マグネシウム mg	鉄 mg	亜鉛 mg	レチノール 活性当量 μgRE	ビタミン B1 mg	ビタミン B2 mg	ビタミン C mg	食物 繊維 総量 g	食塩 相当量 g	熱加工	食品名	個付	一人分量								
				動物性 g	植物性 g	単位																g								
358	6.0	0.0	6.0	0.9	0.0	0.9	77.7	0	4	22	0.9	1.3	0	0.45	0.04	0	0.4	0.0		[ごはん]	*	1.00	個	224.00						
358	6.0	0.0	6.0	0.9	0.0	0.9	77.7	0	4	22	0.9	1.3	0	0.45	0.04	0	0.4	0.0		ごはん 100g										
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		[牛乳]										
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		牛乳		1.00	本	206.00						
96	4.3	1.3	3.0	1.3	0.4	0.9	17.8	636	55	31	1.2	0.5	146	0.07	0.05	18	3.4	1.5		[煮みそ]										
7	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	1.9	6	6	2	0.0	0.0	144	0.01	0.01	1	0.6	0.0		にんじん				20.00						
6	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	1.6	8	10	4	0.1	0.1	0	0.01	0.00	5	0.6	0.0		だいこん				40.00						
13	0.4	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	3.1	5	4	3	0.1	0.1	0	0.02	0.00	10	0.4	0.0		れんこん				20.00						
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.5	2	9	0	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.4	0.0		こんにゃく 1/30				20.00						
16	0.5	0.0	0.5	0.0	0.0	0.0	3.9	0	3	6	0.2	0.1	0	0.02	0.01	2	0.7	0.0		さといも(乱)				30.00						
14	1.3	1.3	0.0	0.4	0.4	0.0	1.4	73	6	1	0.1	0.0	0	0.01	0.01	0	0.0	0.2		揚げはん				10.00						
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.3	0	3	1	0.0	0.0	2	0.00	0.01	0	0.1	0.0		さやいんげん				5.00						
19	1.5	0.0	1.5	0.9	0.0	0.9	1.3	387	14	12	0.6	0.2	0	0.00	0.01	0	0.6	1.0		赤みそ				9.00						
3	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.6	98	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		和風だし				1.00						
8	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		さとう(三温)				2.00						
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	57	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1		しょうゆ				1.00						
5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		みりん				2.00						
2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		酒				2.00						
190	8.5	6.7	1.8	11.7	0.7	11.0	11.9	169	6	14	0.5	0.8	1	0.42	0.08	1	0.5	0.5		[ひれカツ]										
101	8.5	6.7	1.8	1.7	0.7	1.0	11.9	169	6	14	0.5	0.8	1	0.42	0.08	1	0.5	0.5		ひれカツ 50g		1.00	個	50.00						
89	0.0	0.0	0.0	10.0	0.0	10.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		なたね油				10.00						
7	0.4	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	1.8	15	13	7	0.1	0.0	39	0.01	0.01	9	0.7	0.0		[和風サラダ]										
2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.5	1	1	1	0.0	0.0	36	0.00	0.00	0	0.1	0.0		にんじん				5.00						
4	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	1.0	1	9	3	0.1	0.0	1	0.01	0.01	8	0.4	0.0		キャベツ				20.00						
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.2	0	1	1	0.0	0.0	1	0.00	0.00	1	0.1	0.0		きゅうり				5.00						
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	13	2	2	0.0	0.0	1	0.00	0.00	0	0.1	0.0		わかめ				0.20						
24	0.1	0.1	0.0	2.4	2.4	0.0	0.4	70	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		[和風ドレッシング]										
24	0.1	0.1	0.0	2.4	2.4	0.0	0.4	70	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		和風ドレッシング				5.00						
813	26.1	14.9	11.2	24.1	11.3	12.8	119.5	974	305	95	2.7	3.4	266	1.03	0.49	30	5.0	2.4		単純合計				687.20						
830	34.2	17.1	17.1	23.1			0.0	984	450	120	4.5	3.0	300	0.50	0.60	35	7.0	2.5		基準値				704.70						



2023年10月19日 木曜日

献立1

昼食

0:通常献立

[ 予定献立表 (日毎) ]

1(中学校)

豊川市南部学校給食センター

献立名	レーズンロールパン		牛乳					ミネストローネ					1年		2年	3年	4年	5年	6年	特1	特2	特3	職員	他	合計	換算人			
	やさいグラタン		ツナとえだ豆のソテー					コーヒー糖					人数	単価												3100	3100.00		
													行事等													0.00	0.00		
エネルギー	たんぱく質	動物性	植物性	脂質			炭水化物	ナトリウム	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛	レチノール活性当量	ビタミン	ビタミン	ビタミン	食物繊維総量	食塩相当量	熱加工	食品名	個付	一人分量							
				動物性	植物性	g								B1	B2	C						単位	g						
kcal	g	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	μgRE	mg	mg	mg	g	g	g											
383	10.9	1.8	9.1	6.1	0.0	6.1	69.2	457	77	35	1.0	1.0	0	0.17	0.14	0	5.0	1.2		[レーズンロールパン]									
383	10.9	1.8	9.1	6.1	0.0	6.1	69.2	457	77	35	1.0	1.0	0	0.17	0.14	0	5.0	1.2		レーズンロールパン 70g	*	1.00 個	128.00						
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		[牛乳]									
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		牛乳		1.00 本	206.00						
75	4.8	2.8	2.0	1.7	0.6	1.1	10.4	450	28	20	0.6	0.5	22	0.14	0.08	28	2.0	1.2		[ミネストローネ]									
9	0.0	0.0	0.0	1.0	0.0	1.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		米油									
18	2.1	2.1	0.0	0.6	0.6	0.0	0.0	44	1	3	0.1	0.2	0	0.09	0.02	0	0.0	0.1		ベーコン									
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		にんにく									
10	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	2.5	1	5	3	0.1	0.1	0	0.01	0.00	2	0.5	0.0		たまねぎ									
4	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.9	1	2	3	0.1	0.0	9	0.01	0.01	2	0.3	0.0		冷凍トマト									
6	0.4	0.0	0.4	0.1	0.0	0.1	1.6	2	13	4	0.1	0.1	1	0.01	0.01	12	0.5	0.0		キャベツ									
3	0.4	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	0.5	1	4	2	0.1	0.1	6	0.01	0.02	11	0.4	0.0		ブロッコリー									
7	0.8	0.3	0.5	0.0	0.0	0.0	0.8	100	1	2	0.0	0.0	0	0.00	0.01	0	0.0	0.3		洋風だし									
16	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	4.1	180	2	3	0.1	0.0	6	0.01	0.01	1	0.3	0.5		ケチャップ									
2	0.4	0.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	4	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		チキンブイヨン (洋風)									
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	117	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.3		天日塩									
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		こしょう									
124	1.1	0.0	1.1	8.4	0.0	8.4	11.1	74	99	8	0.8	0.2	21	0.02	0.01	1	1.4	0.2		[やさいグラタン]									
124	1.1	0.0	1.1	8.4	0.0	8.4	11.1	74	99	8	0.8	0.2	21	0.02	0.01	1	1.4	0.2		やさいグラタン 40g		1.00 個	40.00						
78	5.4	2.8	2.6	5.2	3.5	1.7	2.9	135	16	20	0.8	0.5	41	0.07	0.07	3	1.3	0.3		[ツナとえだ豆のソテー]									
4	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	0.5	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		米油									
42	2.8	2.8	0.0	3.5	3.5	0.0	0.0	56	0	4	0.3	0.1	0	0.01	0.02	0	0.0	0.1		まぐろ油漬									
2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.5	1	1	1	0.0	0.0	36	0.00	0.00	0	0.1	0.0		にんじん									
3	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.6	0	0	0	0.0	0.1	0	0.01	0.02	0	0.3	0.0		エリンギ									
27	2.3	0.0	2.3	1.2	0.0	1.2	1.8	0	15	14	0.5	0.3	5	0.05	0.03	3	0.9	0.0		むきえだ豆									
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	78	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		天日塩									
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		こしょう									
33	0.1	0.1	0.0	0.1	0.1	0.0	8.1	40	21	1	0.0	0.0	0	0.07	0.08	24	0.2	0.1		[コーヒー糖]									
33	0.1	0.1	0.0	0.1	0.1	0.0	8.1	40	21	1	0.0	0.0	0	0.07	0.08	24	0.2	0.1		コーヒー糖		1.00 個	12.50						
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		ストロー		1.00 本	1.00						
831	29.1	14.3	14.8	29.3	12.0	17.3	111.6	1240	468	105	3.2	3.0	164	0.55	0.69	58	9.9	3.2		単純合計値			559.64						
830	34.2	17.1	17.1	23.1			0.0	984	450	120	4.5	3.0	300	0.50	0.60	35	7.0	2.5		基準値			704.70						















2023年10月30日月曜日

献立1

昼食

0:通常献立

[ 予定献立表 (日毎) ]

1(中学校)

豊川市南部学校給食センター

献立名	ごはん		牛乳		白みそ汁																			1年	2年	3年	4年	5年	6年	特1	特2	特3	職員	他	合計	換算人		
	さいものそぼろあんかけ		みかん																					人数											3100	3100.00		
																								単価											0.00			0.00
エネルギー	たんぱく質	動物性	植物性	脂質			炭水化物	ナトリウム	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維総量	食塩相当量	熱加工	食品名	個付	一人分量																	
				動物性	植物性	g															g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg	g	g	単位	g			
358	6.0	0.0	6.0	0.9	0.0	0.9	77.7	0	4	22	0.9	1.3	0	0.45	0.04	0	0.4	0.0	[ごはん]	*	1.00	個	224.00															
358	6.0	0.0	6.0	0.9	0.0	0.9	77.7	0	4	22	0.9	1.3	0	0.45	0.04	0	0.4	0.0	ごはん 100g																			
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2	[牛乳]		1.00	本	206.00															
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2	牛乳																			
99	8.3	2.6	5.7	4.3	0.2	4.1	8.1	612	102	40	1.9	0.7	7	0.06	0.07	6	2.5	1.7	[白みそ汁]																			
12	2.6	2.6	0.0	0.2	0.2	0.0	0.0	17	2	3	0.3	0.1	1	0.01	0.02	0	0.0	0.2	厚削節				3.50															
3	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.8	4	5	2	0.0	0.0	0	0.00	0.00	2	0.3	0.0	だいこん				20.00															
3	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.8	1	2	3	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.3	0.0	ごぼう				5.00															
10	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	2.5	1	5	3	0.1	0.1	0	0.01	0.00	2	0.5	0.0	たまねぎ				30.00															
45	3.3	0.0	3.3	3.4	0.0	3.4	0.3	1	72	17	0.8	0.3	0	0.02	0.01	0	0.2	0.0	生揚げ				30.00															
3	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.8	0	0	2	0.1	0.1	0	0.02	0.02	0	0.4	0.0	えのきたけ				10.00															
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.3	0	4	1	0.1	0.0	6	0.00	0.01	2	0.2	0.0	はねぎ				5.00															
22	1.5	0.0	1.5	0.7	0.0	0.7	2.6	588	12	9	0.5	0.1	0	0.00	0.01	0	0.6	1.5	白みそ				12.00															
113	3.3	2.2	1.1	6.7	0.6	6.1	10.6	174	6	16	0.4	0.4	0	0.13	0.03	4	1.4	0.4	[さいものそぼろあんかけ]																			
32	0.9	0.0	0.9	0.1	0.0	0.1	7.9	0	6	11	0.3	0.2	0	0.04	0.01	4	1.4	0.0	さいもの(乱)				60.00															
53	0.0	0.0	0.0	6.0	0.0	6.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	なたね油				6.00															
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	おろししょうが				0.20															
14	2.2	2.2	0.0	0.6	0.6	0.0	0.0	5	0	3	0.1	0.2	0	0.09	0.02	0	0.0	0.0	ぶたももひき肉				10.00															
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	20	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	和風だし				0.20															
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	酒				1.00															
8	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	きとう(三温)				2.00															
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	86	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2	しょうゆ				1.50															
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	63	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2	うすくちしょうゆ				1.00															
2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.4	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	でんぶん				0.50															
34	0.5	0.0	0.5	0.1	0.0	0.1	8.4	1	15	8	0.1	0.1	59	0.07	0.02	22	0.7	0.0	[みかん]																			
34	0.5	0.0	0.5	0.1	0.0	0.1	8.4	1	15	8	0.1	0.1	59	0.07	0.02	22	0.7	0.0	みかん S		1.00	個	70.00															
742	24.9	11.6	13.3	19.8	8.6	11.2	114.7	871	354	107	3.3	3.3	146	0.79	0.47	34	5.0	2.3	単純合計				697.90															
830	34.2	17.1	17.1	23.1			0.0	984	450	120	4.5	3.0	300	0.50	0.60	35	7.0	2.5	基準				704.70															

