

献立名	献立内容												人数	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				
	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	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量	熱加工	食品名	個付	一人分量								
単価	g	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	µgRE	mg	mg	mg	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g		
ごはん	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	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量	熱加工	食品名	個付	単位	g							
さばの銀紙焼き	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	0	【ごはん】	*	1.00	個	224.00						
三色なます	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	0	【さばの銀紙焼き】		1.00	個	60.00						
牛乳	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	2	【牛乳】		1.00	本	206.00						
いりどり	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	2	牛乳										
	11.7	9.5	2.2	2.4	1.3	1.1	17.5	562	56	38	0.9	0.8	188	0.10	0.12	15	3.7	1.3	0	【いりどり】										
	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	0	米油										
	7.0	7.0	0.0	0.6	0.6	0.0	0.0	14	1	9	0.1	0.2	3	0.03	0.03	1	0.0	0.0	0	とりむね肉										
	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	0	酒										
	0.2	0.0	0.2	0.1	0.0	0.1	2.3	7	7	3	0.1	0.1	180	0.02	0.02	2	0.7	0.0	0	にんじん										
	0.4	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	3.1	4	9	11	0.1	0.2	0	0.01	0.01	1	1.1	0.0	0	ごぼう										
	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	0	れんこん (いちょう)										
	0.4	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	0.6	0	3	1	0.0	0.1	0	0.00	0.01	0	0.3	0.0	0	たけのこ										
	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	0	干しいたけ										
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.7	3	13	1	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.7	0.0	0	こんにやく 1/30										
	2.5	2.5	0.0	0.7	0.7	0.0	2.8	146	12	3	0.2	0.1	0	0.01	0.02	0	0.0	0.4	0	揚げはん										
	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.6	0	6	2	0.1	0.0	5	0.01	0.01	1	0.3	0.0	0	さやいんげん										
	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	0	和風だし										
	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	0	さとう (三温)										
	0.4	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	0.4	285	1	3	0.1	0.0	0	0.00	0.01	0	0.0	0.7	0	しょうゆ										
	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	0	みりん										
142	12.0	8.8	3.2	6.9	2.8	4.1	8.0	366	114	21	1.1	0.5	10	0.02	0.13	0	0.4	0.9	0	【さばの銀紙焼き】										
142	12.0	8.8	3.2	6.9	2.8	4.1	8.0	366	114	21	1.1	0.5	10	0.02	0.13	0	0.4	0.9	0	さばの銀紙焼き 60g		1.00	個	60.00						
20	0.4	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	4.7	25	11	5	0.1	0.1	60	0.02	0.00	5	0.7	0.0	0	【三色なます】										
3	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.7	2	2	1	0.0	0.0	58	0.01	0.00	0	0.2	0.0	0	にんじん										
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.2	0	2	1	0.0	0.0	2	0.00	0.00	1	0.1	0.0	0	きゅうり										
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	0	だいこん										
10	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.5	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	0	さとう (三温)										
1	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	0	米酢										
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	17	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	0	しょうゆ										

790	36.9	25.1	11.8	18.0	11.9	6.1	117.8	1037	412	107	3.0	3.5	338	0.67	0.60	22			単純合計	値			723.30							
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	麦ごはん			牛乳			わかめスープ																				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
	いなりピビンバ			みかん																							1975												1975
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							合計	換算人									
kcal	g	g	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	μgRE	mg	mg	mg	g	g			単位	g						1975	0.00										
358	6.2	0.0	6.2	0.9	0.0	0.9	76.8	0	7	23	0.9	1.4	0	0.41	0.05	0	1.4	0.0		[麦ごはん]	*	1.00	個	228.00						1975	1975.00								
358	6.2	0.0	6.2	0.9	0.0	0.9	76.8	0	7	23	0.9	1.4	0	0.41	0.05	0	1.4	0.0		麦ごはん 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																			
52	4.2	1.2	3.0	1.4	0.1	1.3	6.2	491	46	58	0.6	0.3	11	0.05	0.04	5	1.3	1.2		[わかめスープ]																			
15	0.5	0.0	0.5	0.0	0.0	0.0	3.8	1	8	4	0.1	0.1	0	0.02	0.00	3	0.7	0.0		たまねぎ			45.00																
4	0.4	0.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.6	40	1	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1		なるとまき			5.00																
22	2.0	0.0	2.0	1.3	0.0	1.3	0.5	3	26	39	0.3	0.2	0	0.03	0.01	0	0.1	0.0		豆腐			30.00																
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.3	53	6	9	0.0	0.0	5	0.00	0.01	0	0.3	0.1		わかめ			0.80																
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																
4	0.4	0.4	0.0	0.1	0.1	0.0	0.3	65	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		中華だし			1.00																
2	0.4	0.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	14	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		チキンブイヨン (中華)			5.00																
3	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.3	315	1	3	0.1	0.0	0	0.00	0.01	0	0.0	0.8		うすくちしょうゆ			5.00																
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		こしょう			0.03																
109	9.3	6.5	2.8	5.7	1.8	3.9	6.0	328	31	31	0.8	0.9	88	0.34	0.13	4	1.7	0.8		[いなりピビンバ]																			
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			0.50																
0	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		にんにく			0.30																
41	6.5	6.5	0.0	1.8	1.8	0.0	0.1	15	1	8	0.2	0.6	1	0.28	0.07	0	0.0	0.0		ぶたももひき肉			30.00																
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																
26	0.8	0.0	0.8	2.2	0.0	2.2	0.7	0	4	5	0.2	0.1	0	0.02	0.01	0	0.4	0.0		冷凍油揚げ			7.00																
4	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																
9	1.1	0.0	1.1	0.5	0.0	0.5	0.7	1	7	7	0.2	0.1	0	0.03	0.02	2	0.7	0.0		大豆もやし			30.00																
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																
6	0.2	0.0	0.2	0.5	0.0	0.5	0.2	0	12	4	0.1	0.1	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0		いりごま			1.00																
6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.5	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		さとう (三温)			1.50																
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																
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	8	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		コチュジャン			0.30																
6	0.2	0.0	0.2	0.2	0.0	0.2	1.0	73	1	2	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.2		デンメンジャン			2.50																
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															
691	27.0	14.5	12.5	15.9	9.7	6.2	107.3	904	326	141	2.4	3.5	238	0.95	0.55	33				単純合計			694.93																
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			704.70																

2023年12月7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)

豊川市学校給食センター

献立名	スライスパン		牛乳		米粉のホワイトシチュー															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						
	ウインナーソーセージ		ブロッコリーソテー		いちごジャム		人数	行事等													2506											2506	2506.00					
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	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	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															
368	11.1	1.0	10.1	6.4	0.0	6.4	63.1	590	43	32	0.9	1.1	1	0.16	0.10	0	2.0	1.5		[スライスパン]	*	1.00	個	123.00														
368	11.1	1.0	10.1	6.4	0.0	6.4	63.1	590	43	32	0.9	1.1	1	0.16	0.10	0	2.0	1.5		スライスパン 80g																		
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																		
138	5.7	2.9	2.8	4.5	0.2	4.3	20.7	310	33	24	0.6	0.4	112	0.11	0.10	17	4.8	0.7		[米粉のホワイトシチュー]																		
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														
11	2.3	2.3	0.0	0.2	0.2	0.0	0.0	5	0	3	0.0	0.1	1	0.01	0.01	0	0.0	0.0		とりむね肉				10.00														
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		白ふどう酒				1.00														
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														
17	0.5	0.0	0.5	0.1	0.0	0.1	4.2	1	9	5	0.2	0.1	0	0.02	0.01	4	0.8	0.0		たまねぎ				50.00														
24	0.6	0.0	0.6	0.0	0.0	0.0	6.9	0	2	8	0.2	0.1	0	0.04	0.01	11	3.6	0.0		じゃがいも				40.00														
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	1	0	0.0	0.0	3	0.00	0.00	1	0.0	0.0		パセリ				0.50														
10	0.9	0.0	0.9	0.5	0.0	0.5	0.4	0	3	5	0.1	0.1	0	0.01	0.00	0	0.0	0.0		豆乳				20.00														
3	0.5	0.2	0.3	0.0	0.0	0.0	0.4	50	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.01	0	0.0	0.1		洋風だし				1.00														
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)				5.00														
56	0.4	0.0	0.4	2.7	0.0	2.7	7.4	246	14	0	0.1	0.0	0	0.02	0.05	0	0.0	0.6		米粉のホワイトルウ				12.00														
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		ローリエ				0.02														
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				0.03														
200	9.2	9.2	0.0	16.9	16.9	0.0	0.7	355	2	10	2.4	1.4	4	0.36	0.11	1	0.0	0.9		[ウインナーソーセージ]																		
200	9.2	9.2	0.0	16.9	16.9	0.0	0.7	355	2	10	2.4	1.4	4	0.36	0.11	1	0.0	0.9		ウインナーソーセージ20g		3.00	個	60.00														
29	1.2	0.0	1.2	0.7	0.0	0.7	5.3	93	13	8	0.1	0.2	80	0.05	0.04	19	1.7	0.2		[ブロッコリーソテー]																		
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				0.50														
4	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														
14	0.4	0.0	0.4	0.2	0.0	0.2	3.0	0	0	3	0.0	0.1	1	0.02	0.01	1	0.7	0.0		コーン				15.00														
3	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.8	1	6	2	0.0	0.0	1	0.01	0.00	6	0.3	0.0		キャベツ				15.00														
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				8.00														
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	10	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		洋風だし				0.20														
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														
31	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	8.0	1	1	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	5	0.2	0.0		[いちごジャム]																		
31	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	8.0	1	1	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	5	0.2	0.0		いちごジャム 15g		1.00	個	15.00														
904	34.1	19.9	14.2	36.3	24.9	11.4	107.7	1433	319	96	4.0	3.9	277	0.76	0.66	44				単純合計値					608.47													
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			とりつくねとほくさいのスープ			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	
	わかさぎのから揚げ			ボイルキャベツ			パックソース			人数	単価	行事等																				2514
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									
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											
92	6.3	5.3	1.0	4.2	4.2	0.0	7.3	650	31	18	0.4	0.3	167	0.04	0.08	12	1.8	1.6			[とりつくねとほくさいのスープ]											
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							
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							
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							
66	4.5	4.4	0.1	4.1	4.1	0.0	2.2	156	2	5	0.1	0.2	15	0.02	0.03	1	0.1	0.4			とりつくね				30.00							
4	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	1.0	2	13	3	0.1	0.1	2	0.01	0.01	6	0.4	0.0			ほくさい				30.00							
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							
4	0.4	0.4	0.0	0.1	0.1	0.0	0.3	65	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2			中華だし				1.00							
2	0.4	0.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	14	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0			チキンブイヨン (中華)				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	315	1	3	0.1	0.0	0	0.00	0.01	0	0.0	0.8			うすくちしょうゆ				5.00							
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			こしょう				0.03							
71	5.6	5.5	0.1	4.6	0.6	4.0	1.6	76	171	10	0.4	0.8	38	0.00	0.05	0	0.0	0.2			[わかさぎのから揚げ]											
36	5.6	5.5	0.1	0.6	0.6	0.0	1.6	76	171	10	0.4	0.8	38	0.00	0.05	0	0.0	0.2			わかさぎのから揚げ				40.00							
35	0.0	0.0	0.0	4.0	0.0	4.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0			なたね油				4.00							
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			[ボイルキャベツ]											
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			キャベツ				40.00							
5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.2	92	2	1	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2			[パックソース]											
5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.2	92	2	1	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2			パックソース				4.00							
31	1.8	1.8	0.0	2.5	2.5	0.0	0.2	119	170	7	2.0	0.5	28	0.00	0.04	0	0.0	0.3			[角チーズ]											
31	1.8	1.8	0.0	2.5	2.5	0.0	0.2	119	170	7	2.0	0.5	28	0.00	0.04	0	0.0	0.3			角チーズ 10g		1.00	個	10.00							
703	27.0	19.4	7.6	20.1	15.1	5.0	100.0	1023	622	85	3.9	3.8	315	0.59	0.53	30	2.9	2.5			単純合計				645.03							
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	麦ごはん バジルフライドチキン													牛乳 やさいソテー				米粉のカレースープ 米粉のガトーショコラ				人数	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						
	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					
	g	g	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	μgRE	mg	mg	mg	g	g	g																	単位	g				
358	6.2	0.0	6.2	0.9	0.0	0.9	76.8	0	7	23	0.9	1.4	0	0.41	0.05	0	1.4	0.0		[麦ごはん] 麦ごはん 100g	*	1.00	個	228.00																	
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																	
101	6.7	4.1	2.6	2.2	1.5	0.7	14.4	439	30	27	1.1	0.4	116	0.09	0.06	6	2.6	1.2		[米粉のカレースープ] にんじん たまねぎ むきえだ豆 コーン エリンギ まぐろ水煮 洋風だし しょうゆ カレー粉 米粉のカレールウ 米粉のカレールウ(甘口) みりん こしょう																					
57	9.5	9.5	0.0	2.5	2.5	0.0	0.0	35	3	12	0.3	0.9	8	0.06	0.10	2	0.0	0.1		[バジルフライドチキン] とりもも肉 50g にんにく 酒 食塩 バジル 米粉		1.00	個	50.00																	
13	0.8	0.0	0.8	0.5	0.0	0.5	1.6	91	14	5	0.2	0.1	49	0.01	0.03	5	0.7	0.2		[やさいソテー] 米油 にんじん もやし こまつな 洋風だし 天日塩 こしょう																					
97	1.1	0.0	1.1	4.2	0.0	4.2	14.4	30	14	10	0.7	0.2	0	0.01	0.01	0	1.1	0.1		[米粉のガトーショコラ] 米粉のガトーショコラ		1.00	個	30.00																	
828	31.4	20.4	11.0	23.1	11.8	11.3	121.3	835	296	99	3.3	3.9	253	0.66	0.56	15	5.8	2.2		単純合計				684.10																	
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												人数	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							
												単価													2513	2513.00						
												行事等				ビタミンB1		ビタミンB2		ビタミンC	食物繊維	食塩相当量	熱加工	一人分量				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	食塩相当量	熱加工	食品名				個付	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]					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												
102	10.1	7.1	3.0	2.1	0.4	1.7	11.9	696	37	33	1.4	0.6	76	0.09	0.10	12	3.9	1.8		[石狩風うどん]												
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					
4	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					
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					
12	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	3.5	0	1	4	0.1	0.0	0	0.02	0.01	6	1.8	0.0		じゃがいも							20.00					
7	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	1.7	0	7	3	0.1	0.1	1	0.01	0.01	3	0.5	0.0		根深ねぎ							20.00					
27	4.5	4.5	0.0	0.9	0.2	0.7	0.0	13	3	6	0.1	0.1	2	0.03	0.04	0	0.0	0.0		さけ(角)							20.00					
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					
8	0.7	0.0	0.7	0.4	0.0	0.4	0.6	172	6	5	0.3	0.1	0	0.00	0.00	0	0.3	0.4		赤みそ							4.00					
18	1.3	0.0	1.3	0.6	0.0	0.6	2.2	490	10	8	0.4	0.1	0	0.00	0.01	0	0.5	1.2		白みそ							10.00					
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		でんぷん							0.50					
75	8.3	7.5	0.8	2.6	2.1	0.5	5.3	277	18	17	0.4	0.8	75	0.35	0.11	6	1.0	0.6		[だいこんのそぼろあんかけ]												
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							0.50					
0	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		にんにく							0.20					
48	7.5	7.5	0.0	2.1	2.1	0.0	0.1	17	1	9	0.2	0.7	1	0.33	0.08	0	0.0	0.0		ぶたももひき肉							35.00					
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					
4	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					
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					
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					
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.3	49	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1		和風だし							0.50					
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		さとう(三温)							1.00					
3	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.3	200	1	2	0.1	0.0	0	0.00	0.01	0	0.0	0.5		しょうゆ							3.50					
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					
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					
669	33.2	21.4	11.8	13.9	10.3	3.6	101.5	1373	312	94	2.4	2.8	290	0.67	0.57	42	7.9	3.4		単純合計							743.50					
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					

Table with columns for food items (e.g., ごはん, ぶた肉のしょうが炒め, ミントマト, ヨーグルト), nutrients (Energy, Protein, Fat, etc.), vitamins (B1, B2, C), minerals (Na, Ca, Mg, Fe, Pb), and cost. Includes summary rows at the bottom.

献立名	ごはん							牛乳			五目汁			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	
	にしんの塩焼き							れんこんのごま炒め			ゆずもち																									
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】						*	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		にしん 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																
60	8.2	7.0	1.2	0.6	0.6	0.0	6.8	384	28	25	0.8	0.4	186	0.06	0.09	13	2.1	1.0		【五目汁】																
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							
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							
21	4.7	4.7	0.0	0.4	0.4	0.0	0.0	9	1	6	0.1	0.1	2	0.02	0.02	1	0.0	0.0		とりむね肉									20.00							
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							
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	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	2.1	0	2	3	0.1	0.0	33	0.01	0.01	4	0.4	0.0		かぼちゃ									10.00							
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							
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							
5	0.5	0.0	0.5	0.0	0.0	0.0	0.5	342	2	4	0.1	0.1	0	0.00	0.01	0	0.0	0.9		しょうゆ									6.00							
94	8.4	8.4	0.0	7.2	7.2	0.0	0.0	53	104	16	0.5	0.5	9	0.00	0.08	0	0.0	0.1		【にしんの塩焼き】							1.00	個	40.00							
94	8.4	8.4	0.0	7.2	7.2	0.0	0.0	53	104	16	0.5	0.5	9	0.00	0.08	0	0.0	0.1		にしん 40g																
50	1.5	0.0	1.5	1.5	0.0	1.5	8.2	171	35	17	0.4	0.3	38	0.04	0.02	14	1.2	0.4		【れんこんのごま炒め】																
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							
20	0.6	0.0	0.6	0.0	0.0	0.0	4.7	7	6	5	0.2	0.1	0	0.03	0.00	14	0.6	0.0		れんこん (いちょう)									30.00							
2	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.3	0	0	1	0.0	0.0	0	0.01	0.01	0	0.2	0.0		エリンギ									5.00							
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							
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							
6	0.2	0.0	0.2	0.5	0.0	0.5	0.2	0	12	4	0.1	0.1	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0		すりごま									1.00							
6	0.2	0.0	0.2	0.5	0.0	0.5	0.2	0	12	4	0.1	0.1	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0		いりごま									1.00							
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.3	49	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1		和風だし									0.50							
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		さとう (三温)									1.00							
2	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.2	114	1	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.3		しょうゆ									2.00							
2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.5	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		みりん									1.00							
122	1.8	0.0	1.8	0.3	0.0	0.3	28.1	2	9	7	0.5	0.3	0	0.01	0.05	2	1.2	0.0		【ゆずもち】							1.00	個	50.00							
122	1.8	0.0	1.8	0.3	0.0	0.3	28.1	2	9	7	0.5	0.3	0	0.01	0.05	2	1.2	0.0		ゆずもち																
822	32.7	22.2	10.5	18.3	15.6	2.7	130.7	694	407	108	3.1	3.6	313	0.64	0.59	31	4.9	1.7		単 純 合 計 値									677.70							
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	牛乳												煮みそ												人数	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
	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																			
エネルギー kcal	たんぱく質 g	動物性 g	植物性 g	脂質 g	動物性 g	植物性 g	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																
																						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】																		
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	*	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】																		
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																
99	5.2	2.5	2.7	1.7	0.7	1.0	16.7	706	62	33	1.4	0.6	184	0.06	0.07	9	3.4	1.7		【煮みそ】																		
9	0.2	0.0	0.2	0.1	0.0	0.1	2.3	7	7	3	0.1	0.1	180	0.02	0.02	2	0.7	0.0		にんじん			25.00															
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															
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.6	3	11	1	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.6	0.0		こんにやく 1/30			25.00															
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			30.00															
27	2.5	2.5	0.0	0.7	0.7	0.0	2.8	146	12	3	0.2	0.1	0	0.01	0.02	0	0.0	0.4		揚げはん			20.00															
2	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.4	0	5	2	0.1	0.0	4	0.00	0.01	0	0.2	0.0		さやいんげん			8.00															
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															
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	0.1	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		酒			2.00															
193	6.0	6.0	0.0	14.4	4.4	10.0	9.5	289	18	15	0.1	0.4	1	0.01	0.01	1	0.2	0.8		【いかの天ぷら】																		
104	6.0	6.0	0.0	4.4	4.4	0.0	9.5	289	18	15	0.1	0.4	1	0.01	0.01	1	0.2	0.8		いかの天ぷら 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															
34	1.2	0.0	1.2	1.2	0.0	1.2	5.5	175	50	16	0.5	0.2	50	0.02	0.03	16	1.1	0.4		【ごまあえ】																		
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															
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	1	9	1	0.1	0.0	13	0.00	0.01	2	0.1	0.0		ごまつな			5.00															
7	0.5	0.0	0.5	0.1	0.0	0.1	1.8	2	15	5	0.1	0.1	1	0.01	0.01	14	0.6	0.0		キャベツ			35.00															
12	0.4	0.0	0.4	1.1	0.0	1.1	0.4	0	24	7	0.2	0.1	0	0.01	0.00	0	0.3	0.0		すりごま			2.00															
10	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.5	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		さとう (三温)			2.50															
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		しょうゆ			3.00															
822	25.2	15.3	9.9	26.0	12.9	13.1	119.3	1254	361	107	2.9	3.3	315	0.62	0.46	28				単純合計値						707.70												
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												