

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	3100																3100	3100.00			
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	ビタミン活性当量	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	mg	mg	mg	mg	mg	μgRE	mg	mg	mg	g	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											
147	5.7	2.9	2.8	5.5	0.2	5.3	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]											
18	0.0	0.0	0.0	2.0	0.0	2.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		米油				2.00							
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		白ぶどう酒				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							
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							
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							
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							
34	1.2	0.0	1.2	1.2	0.0	1.2	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]											
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							
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							
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							
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							
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							
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							
918	34.1	19.9	14.2	37.8	24.9	12.9	107.7	1433	319	96	4.0	3.9	277	0.76	0.66	44	8.7	3.5		単純合計				609.97							
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							

献立名	ごはん							牛乳			とりつくねとはくさいのスープ							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					
	わかさぎのから揚げ							ボイルキャベツ			パックソース							3100	0.00													3100	3100.00					
	角チーズ																	0.00	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	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	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		*	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			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																				
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																				
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					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					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					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					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					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					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					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					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					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					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					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					40.00															
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					4.00															
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																				
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					40.00															
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																				
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					4.00															
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																				
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					10.00															
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																				
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	値	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	値	704.70															

2023年12月6日 水曜日

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	はっこう乳 すきやき													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				
	はっこう乳 切り干しだいこんのサラダ																							3100 3100.00				
	ごまドレッシング																							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	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						
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									
137	5.6	5.6	0.0	1.2	1.2	0.0	26.2	75	250	21	7.7	0.6	6	0.04	0.23	0	1.9	0.2	[はっこう乳]		1.00 個	192.60						
137	5.6	5.6	0.0	1.2	1.2	0.0	26.2	75	250	21	7.7	0.6	6	0.04	0.23	0	1.9	0.2	はっこう乳 180ml									
153	9.4	5.5	3.9	7.0	6.0	1.0	13.9	569	51	54	1.1	1.7	78	0.11	0.10	14	2.3	1.3	[すきやき]									
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						
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			0.30						
42	5.1	5.1	0.0	2.5	2.5	0.0	0.1	13	1	6	0.3	1.2	1	0.02	0.05	0	0.0	0.0	牛もも肉			25.00						
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						
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						
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						
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	2	6	0	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.3	0.0	糸こんにゃく			15.00						
5	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	1.3	2	17	4	0.1	0.1	3	0.01	0.01	8	0.5	0.0	はくさい			40.00						
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						
48	2.3	0.0	2.3	3.5	3.5	0.0	1.8	11	9	30	0.4	0.2	1	0.04	0.01	0	0.2	0.0	冷凍生揚げ			30.00						
5	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	1.2	0	5	2	0.0	0.0	1	0.01	0.01	2	0.4	0.0	根菜ねぎ			15.00						
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						
12	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	3.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	さとう (三温)			3.00						
5	0.5	0.0	0.5	0.0	0.0	0.0	0.6	399	2	5	0.1	0.1	0	0.00	0.01	0	0.0	1.0	しょうゆ			7.00						
67	4.4	4.4	0.0	4.1	4.1	0.0	2.5	173	19	5	0.7	0.5	53	0.02	0.15	0	0.0	0.5	[厚焼きたまご]		1.00 個	50.00						
67	4.4	4.4	0.0	4.1	4.1	0.0	2.5	173	19	5	0.7	0.5	53	0.02	0.15	0	0.0	0.5	厚焼きたまご 50g									
23	0.8	0.0	0.8	0.2	0.0	0.2	5.2	5	17	9	0.1	0.2	5	0.03	0.02	4	1.4	0.0	[切り干しだいこんのサラダ]									
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						
7	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	1.7	5	13	4	0.1	0.1	0	0.01	0.01	1	0.5	0.0	切り干しだいこん			2.50						
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	きゅうり			15.00						
6	0.1	0.0	0.1	0.1	0.0	0.1	1.3	80	2	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2	[ごまドレッシング]									
6	0.1	0.0	0.1	0.1	0.0	0.1	1.3	80	2	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2	ごまドレッシング			5.00						
744	26.3	15.5	10.8	13.5	11.3	2.2	126.8	902	343	112	10.5	4.3	142	0.65	0.54	18	6.0	2.2	単純合計	値		698.40						
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	1年																	人数	3100	2年	3年	4年	5年	6年	特1	特2	特3	職員	他	合計	3100	換算人	3100.00		
	単価																																	0.00	0.00
	行事等																																		
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	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															
68	2.0	0.9	1.1	2.1	0.1	2.0	10.8	473	25	13	0.2	0.2	161	0.03	0.06	10	1.9	1.1		[はるさめスープ]															
18	0.0	0.0	0.0	2.0	0.0	2.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		米油			2.00												
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												
3	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.5	0	2	2	0.0	0.1	0	0.01	0.01	2	0.3	0.0		もやし			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												
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		はくさい			30.00												
24	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	6.1	1	1	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.3	0.0		はるさめ			7.00												
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												
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												
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												
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	126	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.3		うすくちしょうゆ			2.00												
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												
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		がらすープの素			0.50												
90	9.3	8.6	0.7	3.4	2.4	1.0	5.4	193	14	14	0.6	0.8	1	0.39	0.10	1	0.9	0.4		[ぶた肉のしょうが炒め]															
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												
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	0.1	0.0		おろししょうが			1.00												
55	8.6	8.6	0.0	2.4	2.4	0.0	0.1	20	2	10	0.3	0.8	1	0.38	0.09	0	0.0	0.0		ぶたもも肉			40.00												
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												
7	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	1.7	0	3	2	0.1	0.0	0	0.01	0.00	1	0.3	0.0		たまねぎ			20.00												
2	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.4	0	2	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.2	0.0		たけのこ			10.00												
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	2	6	0	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.3	0.0		突こんにやく			15.00												
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		さとう(三温)			1.00												
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												
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	0.4	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		でんぶん			0.50												
7	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	1.7	1	3	3	0.1	0.0	19	0.02	0.01	8	0.3	0.0		[ミニトマト]															
7	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	1.7	1	3	3	0.1	0.0	19	0.02	0.01	8	0.3	0.0		ミニトマト		2.00	個	24.00											
68	2.3	2.3	0.0	1.1	1.1	0.0	12.1	31	264	7	2.6	0.2	12	0.02	0.10	0	0.2	0.1		[ヨーグルト]															
68	2.3	2.3	0.0	1.1	1.1	0.0	12.1	31	264	7	2.6	0.2	12	0.02	0.10	0	0.2	0.1		ヨーグルト80g		1.00	個	80.00											
729	26.7	18.6	8.1	15.3	11.4	3.9	117.6	782	537	80	4.4	3.3	273	0.99	0.62	21	3.7	1.8		単純合計				725.53											
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											

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		
	いなりビビンバ		みかん																					人数	3100													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	6.2	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															
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		とうふ			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																
114	9.3	6.5	2.8	6.2	1.8	4.4	6.0	328	31	31	0.8	0.9	88	0.34	0.13	4	1.7	0.8		[いなりビビンバ]																			
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																
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																
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																
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																
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		テンメンジャン			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															
696	27.0	14.5	12.5	16.4	9.7	6.7	107.3	904	326	141	2.4	3.5	238	0.95	0.55	33	5.1	2.2		単純合計			695.43																
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																

献立名	ごはん											牛乳				おでん											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		
	いわしの八丁みそ煮											赤しそあえ															人数	3100													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	ビタミン活性当量	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	μgRE	mg	mg	mg	g	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		* 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																								
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		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																								
120	9.0	7.7	1.3	3.7	3.7	0.0	12.9	606	51	30	0.8	0.8	231	0.07	0.15	8	2.5	1.7																								
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					3.50																			
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					15.00																			
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					40.00																			
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					20.00																			
19	0.5	0.0	0.5	0.0	0.0	0.0	4.6	0	4	7	0.2	0.1	0	0.02	0.01	2	0.8	0.0					20.00																			
2	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.6	26	8	5	0.0	0.0	1	0.00	0.00	0	0.3	0.1					1.00																			
20	2.3	2.3	0.0	0.0	0.0	0.0	2.6	142	1	3	0.0	0.0	1	0.01	0.02	0	0.0	0.4					20.00																			
46	2.8	2.8	0.0	3.5	3.5	0.0	0.2	53	12	2	0.0	0.5	120	0.01	0.08	0	0.0	0.1					25.00																			
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	0.6	0.0					4.00																			
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	126	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.3					2.00																			
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					2.00																			
122	8.2	8.2	0.0	7.2	7.2	0.0	6.1	280	100	18	0.8	0.5	4	0.00	0.12	0	0.3	0.7																								
122	8.2	8.2	0.0	7.2	7.2	0.0	6.1	280	100	18	0.8	0.5	4	0.00	0.12	0	0.3	0.7																								
9	0.7	0.0	0.7	0.1	0.0	0.1	2.3	87	19	7	0.1	0.1	8	0.01	0.01	15	0.8	0.2																								
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					35.00																			
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.3	0	3	2	0.0	0.0	3	0.00	0.00	1	0.1	0.0					10.00																			
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					0.50																			
747	30.7	22.7	8.0	19.7	18.7	1.0	108.9	1057	401	98	2.6	3.5	323	0.61	0.63	25	4.0	2.8		単純合	計	値							693.00													
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	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
	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							
345	10.6	1.8	8.8	6.2	0.0	6.2	58.8	462	68	31	0.8	1.0	0	0.15	0.14	0	1.7	1.1			[サンドイッチパンズパン]	*	1.00	個	114.00					
345	10.6	1.8	8.8	6.2	0.0	6.2	58.8	462	68	31	0.8	1.0	0	0.15	0.14	0	1.7	1.1			サンドイッチパンズパン 70g									
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					
69	2.5	0.6	1.9	2.1	0.0	2.1	11.5	554	14	17	0.3	0.2	111	0.07	0.07	10	3.6	1.4			[コンソメスープ]									
18	0.0	0.0	0.0	2.0	0.0	2.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0			米油			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						
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						
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						
2	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.5	0	0	1	0.0	0.0	0	0.01	0.02	0	0.3	0.0			エリンギ			8.00						
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	1	0	0.0	0.0	2	0.00	0.00	0	0.0	0.0			パセリ			0.30						
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			白ぶどう酒			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						
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						
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						
4	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.3	378	1	3	0.1	0.0	0	0.00	0.01	0	0.0	1.0			うすくちしょうゆ			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			こしょう			0.02						
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			0.30						
141	9.5	7.1	2.4	7.5	2.8	4.7	10.1	335	57	18	2.0	0.5	11	0.07	0.08	1	3.2	0.8			[てりやきハンバーグ]									
125	9.3	7.1	2.2	7.5	2.8	4.7	6.7	164	56	16	1.9	0.5	11	0.07	0.07	1	3.2	0.4			ハンバーグ 60g		1.00	個	60.00					
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						
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						
6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.3	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0			みりん			2.50						
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						
19	0.7	0.0	0.7	1.1	0.0	1.1	2.4	90	19	6	0.1	0.1	2	0.02	0.01	18	0.8	0.2			[キャベツソテー]									
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						
9	0.6	0.0	0.6	0.1	0.0	0.1	2.3	2	19	6	0.1	0.1	2	0.02	0.01	18	0.8	0.0			キャベツ			45.00						
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						
712	30.1	16.3	13.8	24.7	10.6	14.1	92.7	1525	385	93	3.2	2.6	204	0.39	0.61	31	9.3	3.7			単純合計			542.56						
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						

献立名	ごはん			牛乳			マーボーどうふ			パックしょうゆ			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	
	しゅうまい			ボイルもやし			パックしょうゆ			パックしょうゆ			人数			3100										3100	3100.00	
	単価			0.00			0.00			0.00			0.00			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	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								
183	14.5	7.3	7.2	7.9	5.0	2.9	14.8	675	50	98	7.5	1.3	10	0.42	0.44	8	2.0	1.6		[マーボーどうふ]								
18	0.0	0.0	0.0	2.0	0.0	2.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		米油					2.00			
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	13	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		トウバンジャン					0.25			
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		おろししょうが					0.50			
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			
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			
23	0.7	0.0	0.7	0.1	0.0	0.1	5.9	1	12	6	0.2	0.1	0	0.03	0.01	5	1.1	0.0		たまねぎ					70.00			
62	5.0	0.0	5.0	3.1	3.1	0.0	3.4	7	23	71	6.6	0.5	1	0.11	0.33	1	0.3	0.0		冷凍とうふ					100.00			
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			
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			
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	0.0	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		さとう (三温)					0.50			
5	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	1.4	60	1	1	0.0	0.0	2	0.00	0.00	0	0.1	0.2		ケチャップ					5.00			
4	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		しょうゆ					5.00			
10	0.9	0.0	0.9	0.5	0.0	0.5	0.7	215	8	7	0.3	0.1	0	0.00	0.01	0	0.3	0.5		赤みそ					5.00			
7	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.6	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		でんぷん					2.00			
3	0.0	0.0	0.0	0.3	0.0	0.3	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		ごま油					0.30			
137	5.9	0.7	5.2	8.1	3.1	5.0	9.0	235	16	18	0.5	0.6	3	0.12	0.05	2	1.1	0.6		[しゅうまい]				3.00 個	54.00			
137	5.9	0.7	5.2	8.1	3.1	5.0	9.0	235	16	18	0.5	0.6	3	0.12	0.05	2	1.1	0.6		しゅうまい								
8	0.9	0.0	0.9	0.1	0.0	0.1	1.3	1	5	4	0.1	0.2	0	0.02	0.03	4	0.7	0.0		[ボイルもやし]								
8	0.9	0.0	0.9	0.1	0.0	0.1	1.3	1	5	4	0.1	0.2	0	0.02	0.03	4	0.7	0.0		もやし					50.00			
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	0.4		[パックしょうゆ]								
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	0.4		パックしょうゆ					4.00			
827	34.4	14.8	19.6	24.8	15.9	8.9	113.0	1223	303	166	9.1	4.2	93	1.09	0.88	16	4.2	2.8		単純合計					770.55			
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			

献立名	麦ごはん			牛乳			米粉のカレースープ			米粉のガトーショコラ			1年												合計	換算人				
	バジルフライドチキン			やさいソテー									人数	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			
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	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]	*	1.00	個	228.00						
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										
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]										
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						
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						
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						
17	3.6	3.6	0.0	0.2	0.2	0.0	0.2	59	1	6	0.3	0.1	0	0.02	0.01	0	0.0	0.2		まぐろ水煮				20.00						
13	1.2	0.0	1.2	0.6	0.0	0.6	0.9	0	8	7	0.3	0.1	2	0.02	0.01	2	0.5	0.0		むきえだ豆				10.00						
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						
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0	1	0	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		カレー粉				0.20						
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						
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						
13	0.1	0.1	0.0	0.5	0.5	0.0	1.9	71	3	1	0.1	0.0	2	0.00	0.00	0	0.1	0.2		米粉のカレールウ				3.00						
21	0.2	0.2	0.0	0.8	0.8	0.0	3.1	140	5	2	0.2	0.0	3	0.00	0.00	0	0.2	0.4		米粉のカレールウ (甘口)				5.00						
121	9.8	9.5	0.3	7.5	2.5	5.0	4.2	191	4	13	0.4	1.0	8	0.06	0.10	2	0.0	0.5		[バジルフライドチキン]										
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		とりもも肉 50g		1.00	個	50.00						
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		にんにく				0.50						
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						
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	156	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.4		食塩				0.40						
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	1	0	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		バジル				0.05						
18	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	4.1	0	0	0	0.0	0.1	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		米粉				5.00						
44	0.0	0.0	0.0	5.0	0.0	5.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		なたね油				5.00						
18	0.8	0.0	0.8	1.0	0.0	1.0	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]										
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						
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						
5	0.6	0.0	0.6	0.0	0.0	0.0	0.9	1	4	3	0.1	0.1	0	0.01	0.02	3	0.5	0.0		もやし				35.00						
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		こまつな				5.00						
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						
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]										
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		1.00	個	30.00						
833	31.4	20.4	11.0	23.6	11.8	11.8	121.3	835	296	99	3.3	3.9	253	0.66	0.56	15	5.8	2.2		単純合計				684.60						
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				704.70						