

2024年 5月 1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) 豊川市学校給食センター

献立名	献立内容															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			
	わかめごはん ごぼう入りつくね 牛乳 赤しそあえ すまし汁 かしわもち															人数	2600													2600	2600.00
																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									
														μgRE	mg	mg						mg	mg					mg	mg	g	g
363	6.2	0.0	6.2	0.9	0.0	0.9	78.8	617	14	25	0.9	1.4	2	0.44	0.05	0	0.9	1.6		[わかめごはん]	*	1.00	個	231.00							
363	6.2	0.0	6.2	0.9	0.0	0.9	78.8	617	14	25	0.9	1.4	2	0.44	0.05	0	0.9	1.6		わかめごはん 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											
59	5.8	2.9	2.9	1.5	0.2	1.3	5.8	455	42	54	1.0	0.4	113	0.07	0.06	4	1.4	1.2		[すまし汁]											
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							
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							
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							
2	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.4	0	0	1	0.1	0.0	0	0.01	0.01	0	0.2	0.0		えのきたけ				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							
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							
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	0	2	1	0.1	0.0	4	0.00	0.00	1	0.1	0.0		みつば				3.00							
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							
97	5.6	3.4	2.2	3.8	3.8	0.0	9.6	205	14	17	0.4	0.3	3	0.04	0.03	1	1.1	0.5		[ごぼう入りつくね]		3.00	個	60.00							
97	5.6	3.4	2.2	3.8	3.8	0.0	9.6	205	14	17	0.4	0.3	3	0.04	0.03	1	1.1	0.5		ごぼう入りつくね											
10	0.7	0.0	0.7	0.1	0.0	0.1	2.6	87	21	8	0.1	0.1	9	0.02	0.01	17	0.9	0.2		[赤しそあえ]				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		キャベツ				10.00							
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		きゅうり				0.50							
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		赤しそ粉											
61	1.2	0.0	1.2	0.1	0.0	0.1	14.0	17	5	4	0.3	0.2	0	0.01	0.01	0	0.5	0.0		[かしわもち]		1.00	個	30.00							
61	1.2	0.0	1.2	0.1	0.0	0.1	14.0	17	5	4	0.3	0.2	0	0.01	0.01	0	0.5	0.0		かしわもち											
728	26.3	13.1	13.2	14.2	11.8	2.4	120.7	1465	323	129	2.7	3.2	207	0.66	0.47	24	4.8	3.7		単純合計				674.70							
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				704.70							

2024年 5月 7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) 豊川市学校給食センター

献立名	ごはん		牛乳		若竹汁												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											
	かつおのおかか煮		ごまあえ		ヨーグルト												人数											2600											2600	2600.00
	単価		0.00		0.00												行事等											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																			
																					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																					
53	5.3	2.3	3.0	1.3	0.2	1.1	5.5	445	45	54	0.9	0.5	153	0.06	0.07	4	1.9	1.2	[若竹汁]																					
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																		
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																		
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																		
5	0.5	0.0	0.5	0.0	0.0	0.0	0.8	0	3	2	0.1	0.2	0	0.01	0.01	1	0.5	0.0	たけのこ(フレッシュ)			15.00																		
18	1.7	0.0	1.7	1.1	0.0	1.1	0.4	2	22	33	0.2	0.2	0	0.02	0.01	0	0.1	0.0	とうふ			25.00																		
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.2	40	5	7	0.0	0.0	4	0.00	0.01	0	0.2	0.1	わかめ			0.60																		
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	0	2	1	0.1	0.0	4	0.00	0.00	1	0.1	0.0	みつば			3.00																		
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																		
105	10.9	10.6	0.3	4.5	1.6	2.9	5.4	305	30	17	1.5	0.5	11	0.01	0.14	0	0.2	0.8	[かつおのおかか煮]		1.00	個	50.00																	
105	10.9	10.6	0.3	4.5	1.6	2.9	5.4	305	30	17	1.5	0.5	11	0.01	0.14	0	0.2	0.8	かつおのおかか煮 50g																					
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																		
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																		
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																		
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																		
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]		1.00	個	80.00																	
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80g																					
756	32.5	22.0	10.5	16.8	10.7	6.1	116.1	1040	620	137	6.4	3.5	306	0.64	0.69	22	3.8	2.7	単純合計			705.30																		
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			704.70																		

2024年 5月 9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	牛乳 マーボーどうふ																	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													
	ごはん ぎょうざ もやしのナムル																	人数	2600											2600	2600.00
																		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	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											
175	14.5	7.3	7.2	6.9	5.0	1.9	14.8	678	48	98	7.4	1.3	8	0.42	0.43	7	1.9	1.6		[マーボーどうふ]											
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	16	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		トウバンジャン				0.30							
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							
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							
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	0.2	0	2	1	0.0	0.0	4	0.00	0.00	1	0.1	0.0		はねぎ				3.00							
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							
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							
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							
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							
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							
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							
101	4.0	3.1	0.9	2.6	1.0	1.6	14.5	238	11	10	0.3	0.4	3	0.09	0.04	6	0.8	0.6		[ぎょうざ]		3.00	個	54.00							
101	4.0	3.1	0.9	2.6	1.0	1.6	14.5	238	11	10	0.3	0.4	3	0.09	0.04	6	0.8	0.6		ぎょうざ											
24	1.0	0.0	1.0	0.3	0.0	0.3	4.1	132	15	6	0.2	0.1	49	0.02	0.03	5	0.7	0.3		[もやしのナムル]											
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							
6	0.7	0.0	0.7	0.0	0.0	0.0	1.0	1	4	3	0.1	0.1	0	0.02	0.02	3	0.5	0.0		もやし				40.00							
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							
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				0.10							
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							
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							
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							
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	15	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		テンメンジャン				0.50							
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		米酢				2.00							
796	32.3	17.2	15.1	18.5	13.8	4.7	121.0	1132	305	157	8.8	3.9	140	1.06	0.85	20	3.8	2.7	単純合計	値			771.50								
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								

2024年 5月17日 金曜日

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	ごはん		牛乳		肉どうふ																														
	いわしのしょうが煮		しんこあえ																																
	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	合計	換算人																				
行事等																	2600	0.00												2600	2600.00	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	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															
148	11.7	6.5	5.2	5.2	4.0	1.2	14.9	525	40	73	5.2	1.3	186	0.40	0.34	8	2.1	1.2		[肉どうふ]															
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												
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												
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												
20	0.6	0.0	0.6	0.1	0.0	0.1	5.0	1	10	5	0.2	0.1	0	0.02	0.01	4	0.9	0.0		たまねぎ			60.00												
2	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.3	0	2	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.2	0.0		たけのこ			8.00												
43	3.5	0.0	3.5	2.2	2.2	0.0	2.4	5	16	50	4.6	0.4	1	0.08	0.23	1	0.2	0.0		冷凍とうふ			70.00												
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.2	0	2	1	0.0	0.0	4	0.00	0.00	1	0.1	0.0		はねぎ			3.00												
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												
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												
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												
3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.8	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		でんぷん			1.00												
124	6.3	6.3	0.0	9.2	1.0	8.2	4.1	250	80	11	0.9	0.4	3	0.00	0.10	0	0.2	0.7		[いわしのしょうが煮]		1.00	個	50.00											
124	6.3	6.3	0.0	9.2	1.0	8.2	4.1	250	80	11	0.9	0.4	3	0.00	0.10	0	0.2	0.7		いわしのしょうが煮 50g															
13	0.5	0.0	0.5	0.1	0.0	0.1	3.2	102	16	7	0.1	0.1	4	0.02	0.02	13	0.7	0.3		[しんこあえ]															
5	0.3	0.0	0.3	0.1	0.0	0.1	1.3	1	11	4	0.1	0.1	1	0.01	0.01	10	0.5	0.0		キャベツ			25.00												
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												
781	31.3	19.6	11.7	23.2	12.8	10.4	109.8	961	367	134	7.1	3.9	273	0.95	0.81	23	3.4	2.4		単純合計			735.50												
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			704.70												

2024年 5月20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) 豊川市学校給食センター

献立名	牛乳 やさい炒め																	チャブチェ																	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											2600											2600	2600.00
																																			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	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																																						
129	6.4	4.7	1.7	3.3	1.3	2.0	20.2	370	30	21	0.6	0.7	183	0.23	0.09	10	2.5	0.9		[チャブチェ]																																						
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			0.20																																			
28	4.3	4.3	0.0	1.2	1.2	0.0	0.0	10	1	5	0.1	0.4	1	0.19	0.04	0	0.0	0.0		ぶたもも肉(せん)			20.00																																			
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																																			
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																																			
3	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		たけのこ			15.00																																			
18	0.6	0.0	0.6	0.1	0.0	0.1	4.6	1	9	5	0.2	0.1	0	0.02	0.01	4	0.8	0.0		たまねぎ			55.00																																			
41	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	10.5	2	2	0	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.5	0.0		はるさめ			12.00																																			
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	0	1	1	0.0	0.0	2	0.00	0.00	4	0.1	0.0		ピーマン			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																																			
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																																			
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																																			
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																																			
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																																			
3	0.1	0.0	0.1	0.3	0.0	0.3	0.1	0	6	2	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0		いりごま			0.50																																			
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																																						
21	0.9	0.1	0.8	0.7	0.0	0.7	3.9	96	23	8	0.2	0.2	19	0.02	0.03	14	1.1	0.2		[やさい炒め]																																						
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		米油			0.50																																			
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	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.2	3	10	2	0.1	0.0	17	0.00	0.01	2	0.1	0.0		チンゲンサイ			10.00																																			
1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	13	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		中華だし			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																																			
783	26.0	12.3	13.7	20.8	12.2	8.6	120.7	785	300	90	2.2	3.6	285	0.90	0.52	28	5.1	1.9		単純合計			677.13																																			
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																																			

2024年 5月 21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) 豊川市学校給食センター

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																													2600	
	単価																													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									
																						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										
83	6.8	2.6	4.2	2.8	0.2	2.6	9.0	527	70	36	1.6	0.7	113	0.07	0.06	5	2.6	1.5			[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						
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						
6	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	1.5	2	5	5	0.1	0.1	0	0.01	0.00	0	0.6	0.0			ごぼう				10.00						
23	1.7	0.0	1.7	1.7	0.0	1.7	0.1	0	36	8	0.4	0.2	0	0.01	0.00	0	0.1	0.0			生揚げ				15.00						
2	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.4	0	0	1	0.1	0.0	0	0.01	0.01	0	0.2	0.0			えのきたけ				5.00						
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.2	0	2	1	0.0	0.0	4	0.00	0.00	1	0.1	0.0			はねぎ				3.00						
12	1.0	0.0	1.0	0.6	0.0	0.6	0.9	258	9	8	0.4	0.1	0	0.00	0.01	0	0.4	0.7			赤みそ				6.00						
9	0.6	0.0	0.6	0.3	0.0	0.3	1.1	245	5	4	0.2	0.1	0	0.00	0.01	0	0.2	0.6			白みそ				5.00						
85	11.6	11.4	0.2	3.0	3.0	0.0	3.5	251	4	16	0.5	1.1	10	0.07	0.12	2	0.0	0.6			[とり肉のあま酢かけ]		1.00	個	60.00						
68	11.4	11.4	0.0	3.0	3.0	0.0	0.0	41	3	14	0.4	1.1	10	0.07	0.11	2	0.0	0.1			とりもも肉 60g				1.00						
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				0.10						
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			食塩				0.03						
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				3.00						
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						
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				2.00						
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			米酢				0.20						
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			でんぷん				0.20						
29	2.0	0.0	2.0	1.1	0.0	1.1	3.6	7	17	18	0.3	0.3	8	0.04	0.03	3	1.8	0.0			[大豆とひじきのサラダ]										
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						
3	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.6	0	5	3	0.1	0.0	6	0.01	0.01	3	0.2	0.0			きゅうり				20.00						
16	1.5	0.0	1.5	1.0	0.0	1.0	0.8	0	8	10	0.2	0.2	0	0.02	0.01	0	0.9	0.0			水煮大豆				10.00						
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	7	4	3	0.0	0.0	1	0.00	0.00	0	0.2	0.0			ひじき				0.40						
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						
704	33.3	20.8	12.5	16.3	11.0	5.3	104.7	929	322	113	3.3	4.2	211	0.71	0.56	12	4.8	2.6			単純合計				647.23						
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						

2024年 5月30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	ごはん			牛乳			中華スープ			角チーズ			行事等																			
	チンジャオロウスー			ミニトマト									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	単価	単価	単価	単価	単価	単価	単価	単価	単価	単価	単価	単価	単価	単価	単価	単価	単価	単価	単価	単価	単価	単価	単価	単価	単価						
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	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		*	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														
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										
94	6.3	3.4	2.9	4.4	2.9	1.5	7.6	554	41	47	0.4	0.8	97	0.06	0.11	4	1.3	1.3														
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														
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														
18	1.7	0.0	1.7	1.1	0.0	1.1	0.4	2	22	33	0.2	0.2	0	0.02	0.01	0	0.1	0.0														
2	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.3	0	1	1	0.0	0.0	0	0.00	0.01	1	0.1	0.0														
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														
36	2.2	2.2	0.0	2.8	2.8	0.0	0.1	42	9	2	0.0	0.4	96	0.01	0.07	0	0.0	0.1														
3	0.3	0.3	0.0	0.1	0.1	0.0	0.3	52	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1														
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														
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														
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														
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														
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														
80	9.8	9.0	0.8	2.9	2.4	0.5	3.9	246	8	16	0.4	0.9	8	0.38	0.11	15	0.7	0.5														
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														
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														
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														
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														
4	0.5	0.0	0.5	0.0	0.0	0.0	0.8	1	4	1	0.1	0.1	0	0.00	0.01	0	0.5	0.0														
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.3	0	1	1	0.0	0.0	2	0.00	0.00	5	0.1	0.0														
2	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.4	0	0	1	0.0	0.0	5	0.00	0.01	10	0.1	0.0														
2	0.2	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	33	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1														
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														
3	0.2	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.5	135	1	2	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.3														
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														
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														
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														
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			2.00 個	24.00										
30	1.8	1.8	0.0	2.4	2.4	0.0	0.3	109	200	7	2.3	0.5	28	0.00	0.04	0	0.0	0.3														
30	1.8	1.8	0.0	2.4	2.4	0.0	0.3	109	200	7	2.3	0.5	28	0.00	0.04	0	0.0	0.3			1.00 個	10.00										
707	31.0	21.0	10.0	18.4	15.5	2.9	101.1	994	483	116	4.1	4.3	232	0.99	0.62	29	2.7	2.3	単純合計	値		666.43										
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	値		704.70										

