

2023年 6月 1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	牛乳							すまし汁							行事等												
	キャベツ入りつくね							くきわかめの煮付け							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												3100											3100	3100.00	
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	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]	*	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								
62	6.0	2.9	3.1	1.5	0.2	1.3	6.4	455	43	54	1.0	0.4	113	0.08	0.06	4	1.5	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					
12	0.4	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	2.9	1	6	3	0.1	0.1	0	0.01	0.00	2	0.5	0.0	たまねぎ			35.00					
3	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.6	0	0	1	0.1	0.0	0	0.02	0.01	0	0.3	0.0	えのきたけ			8.00					
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					
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	0.1	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					
87	4.3	3.1	1.2	5.7	5.7	0.0	4.2	198	12	8	0.2	0.2	8	0.03	0.04	11	0.5	0.5	[キャベツ入りつくね]		1.00 個	50.00					
87	4.3	3.1	1.2	5.7	5.7	0.0	4.2	198	12	8	0.2	0.2	8	0.03	0.04	11	0.5	0.5	キャベツ入りつくね50g								
37	2.3	1.9	0.4	1.1	0.6	0.5	5.0	264	24	14	0.1	0.0	73	0.02	0.03	1	0.8	0.6	[くきわかめの煮付け]								
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					
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					
20	1.9	1.9	0.0	0.6	0.6	0.0	2.1	110	9	2	0.1	0.0	0	0.01	0.02	0	0.0	0.3	揚げはん			15.00					
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.4	16	10	9	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.4	0.0	くきわかめ			10.00					
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.2	0	2	1	0.0	0.0	1	0.00	0.00	0	0.1	0.0	さやいんげん			3.00					
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					
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	0.0	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					
682	25.4	14.7	10.7	17.0	14.3	2.7	103.2	1001	310	119	2.2	2.7	274	0.66	0.48	18	3.2	2.5	単純合計値			627.70					
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							米粉のハヤシライス																			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																									
	めひかりフライ							カラフルソテー																			人数																									3100	3100.00											
																											単価													0.00																							0.00	0.00
	行事等																																																															
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	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	6.2	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			*	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																																														
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																																								
171	7.8	5.3	2.5	5.4	3.9	1.5	25.5	729	30	28	0.8	0.8	196	0.29	0.10	17	5.2	1.8																																														
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																																														
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																																														
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																																														
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																																														
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																																														
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																																														
18	0.5	0.0	0.5	0.0	0.0	0.0	5.2	0	1	6	0.1	0.1	0	0.03	0.01	8	2.7	0.0																																														
2	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.4	0	1	1	0.0	0.0	5	0.01	0.00	1	0.1	0.0																																														
1	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.2	18	0	0	0.0	0.1	0	0.00	0.01	0	0.2	0.0																																														
4	0.1	0.1	0.0	0.1	0.1	0.0	0.6	0	2	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	1	0.1	0.0																																														
5	0.6	0.2	0.4	0.0	0.0	0.0	0.6	75	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.01	0	0.0	0.2																																														
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																																														
34	0.4	0.4	0.0	1.9	1.9	0.0	3.9	233	3	2	0.1	0.0	7	0.01	0.00	0	0.2	0.6																																														
25	0.3	0.3	0.0	0.7	0.7	0.0	4.4	223	2	1	0.1	0.0	0	0.01	0.00	0	0.2	0.6																																														
8	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	2.2	96	1	1	0.0	0.0	3	0.00	0.00	1	0.1	0.2																																														
2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.5	66	1	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2																																														
5	0.4	0.0	0.4	0.3	0.0	0.3	0.2	0	1	2	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0																																														
180	5.5	5.5	0.0	13.7	1.7	12.0	9.2	68	97	15	0.2	0.2	9	0.05	0.08	0	0.4	0.2																																														
74	5.5	5.5	0.0	1.7	1.7	0.0	9.2	68	97	15	0.2	0.2	9	0.05	0.08	0	0.4	0.2																																														
106	0.0	0.0	0.0	12.0	0.0	12.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0				3.00	個	45.00																																								
48	2.8	0.0	2.8	1.9	0.0	1.9	5.4	89	16	18	0.5	0.4	42	0.07	0.04	4	1.7	0.2																																														
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																																														
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																																														
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																																														
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																																														
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																																														
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																																														
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																																														
895	29.1	17.6	11.5	29.7	13.4	16.3	126.8	970	377	105	2.4	3.6	327	0.90	0.58	23	8.7	2.4							単純合計値												721.47																											
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																											

2023年 6月 5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	牛乳							わかめスープ																					
	ぎょうざ							やさいのオイスター炒め							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	3100.00		
														単価													0.00	0.00	
行事等																													
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	リチウム 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]	*	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								
56	4.8	1.2	3.6	1.8	0.1	1.7	4.7	594	50	69	0.7	0.3	10	0.06	0.06	5	1.2	1.5			[わかめスープ]								
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				
29	2.6	0.0	2.6	1.7	0.0	1.7	0.6	4	34	52	0.4	0.2	0	0.04	0.02	0	0.2	0.0			とうふ				40.00				
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				
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				
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	0.3	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				
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	53	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1			がらスープの素				0.30				
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	0.3	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				0.03				
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								
21	0.9	0.2	0.7	0.6	0.0	0.6	3.6	145	25	9	0.2	0.1	90	0.02	0.03	13	1.0	0.3			[やさいのオイスター炒め]								
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				
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				
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.2	0	1	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0			たけのこ				5.00				
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				
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	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0			こしょう				0.02				
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				
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				
2	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	68	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2			オイスターソース				1.50				
674	22.5	11.3	11.2	13.7	8.9	4.8	110.4	1061	317	131	2.1	2.9	183	0.70	0.48	26	3.4	2.6			単純合計値				640.65				
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 6月 6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	玄米ごはん 大豆と小魚のごまがらめ																牛乳 ミニトマト																細切りやさいの炒め煮																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																	行事等																	合計	換算人
	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																		合計	換算人																																																											
																						単位	g																																																																														
357	6.3	0.0	6.3	1.4	0.0	1.4	76.8	0	7	50	1.1	1.6	0	0.43	0.05	0	1.4	0.0		[玄米ごはん]	*	1.00 個	226.00																																																																														
357	6.3	0.0	6.3	1.4	0.0	1.4	76.8	0	7	50	1.1	1.6	0	0.43	0.05	0	1.4	0.0		玄米ごはん 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																																																																														
116	7.9	5.4	2.5	3.0	1.5	1.5	16.4	510	49	37	1.1	1.1	183	0.29	0.12	11	4.1	1.2		[細切りやさいの炒め煮]																																																																																	
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																																																																														
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	11	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		トウバンジャン			0.20																																																																														
35	5.4	5.4	0.0	1.5	1.5	0.0	0.1	12	1	6	0.2	0.5	1	0.24	0.06	0	0.0	0.0		ぶたもも肉(せん)			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																																																																														
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																																																																														
15	0.5	0.0	0.5	0.0	0.0	0.0	3.9	5	12	14	0.2	0.2	0	0.01	0.01	1	1.4	0.0		ごぼう(せん)			25.00																																																																														
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																																																																														
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		突こんにゃく			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																																																																														
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																																																																														
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																																																																														
2	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.5	78	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		和風だし			0.80																																																																														
5	0.4	0.0	0.4	0.3	0.0	0.3	0.4	108	4	3	0.2	0.1	0	0.00	0.00	0	0.2	0.3		赤みそ			2.50																																																																														
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		みりん			2.00																																																																														
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																																																																														
134	9.7	4.8	4.9	7.4	0.5	6.9	8.1	224	204	53	2.1	1.2	0	0.07	0.03	0	2.8	0.6		[大豆と小魚のごまがらめ]																																																																																	
49	4.4	0.0	4.4	2.9	0.0	2.9	2.5	0	24	30	0.7	0.6	0	0.05	0.02	0	2.6	0.0		水煮大豆			30.00																																																																														
7	0.1	0.0	0.1	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		米粉			2.00																																																																														
28	0.0	0.0	0.0	3.2	0.0	3.2	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		なたね油			3.20																																																																														
27	4.8	4.8	0.0	0.5	0.5	0.0	0.6	138	162	17	1.3	0.5	0	0.01	0.01	0	0.0	0.4		小魚			8.00																																																																														
9	0.3	0.0	0.3	0.8	0.0	0.8	0.3	0	18	5	0.1	0.1	0	0.01	0.00	0	0.2	0.0		いりごま			1.50																																																																														
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	86	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		しょうゆ			1.50																																																																														
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		みりん			2.00																																																																														
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																																																																														
752	31.0	17.0	14.0	19.6	9.8	9.8	112.9	819	490	164	4.4	4.7	282	0.89	0.52	21	8.6	2.0		単純合計値			692.00																																																																														
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																																																																														

2023年 6月 7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	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	リチウム	ビタミン			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																	
														活性当量	B1	B2						μgRE	mg									mg	mg	μg	g	単位	g		
														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	行 事 等																							
ごはん	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]																			
とうふだんご	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															
	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]																			
	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															
	7.9	5.6	2.3	2.8	1.6	1.2	22.9	533	38	30	0.8	0.7	147	0.28	0.11	22	7.2	1.3		[肉じゃが]																			
	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	0.1	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															
	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				20.00															
	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															
	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	1.9	6	2	0	0.0	0.0	144	0.01	0.01	1	0.6	0.0		にんじん				20.00															
	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															
	1.0	0.0	1.0	0.1	0.0	0.1	10.4	1	2	11	0.2	0.1	0	0.05	0.02	17	5.3	0.0		じゃがいも(乱)				60.00															
	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		糸こんにゃく				20.00															
	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															
	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															
	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															
	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															
	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															
	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															
	2.8	1.8	1.0	3.4	0.9	2.5	6.6	199	14	21	0.2	0.1	12	0.01	0.02	0	0.5	0.5		[とうふだんご]																			
	2.8	1.8	1.0	3.4	0.9	2.5	6.6	199	14	21	0.2	0.1	12	0.01	0.02	0	0.5	0.5		とうふだんご		3.00	個	48.00															
	0.6	0.0	0.6	0.1	0.0	0.1	2.5	138	19	6	0.1	0.1	7	0.01	0.01	14	0.8	0.3		[青菜あえ]																			
	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															
	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															
	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.4	136	2	0	0.0	0.0	2	0.00	0.00	0	0.1	0.3		なめしの素				0.80															
710	24.1	14.2	9.9	15.0	10.3	4.7	119.6	954	302	100	2.0	3.0	246	0.83	0.49	38	8.9	2.3		単		純 合 計 値		722.30															
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 計 値		704.70															

2023年 6月 8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	米粉のパン、パンケーキ、ポタージュ																	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
	りんごパン、揚げどりのレモンソースかけ、牛乳、キャベツソテー																	人数											3100	3100.00
																		単価											0.00	0.00
エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 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	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	動物性 g	植物性 g														単位	g										
340	9.2	0.8	8.4	5.2	61.1	485	36	26	0.8	0.9	0.14	0.09	0	1.9	1.2		[りんごパン]	*	1.00	個	113.00									
340	9.2	0.8	8.4	5.2	61.1	485	36	26	0.8	0.9	0.14	0.09	0	1.9	1.2		りんごパン 65g													
138	6.8	6.8	0.0	7.8	9.9	84	227	21	0.0	0.8	0.08	0.31	2	0.0	0.2		[牛乳]													
138	6.8	6.8	0.0	7.8	9.9	84	227	21	0.0	0.8	0.08	0.31	2	0.0	0.2		牛乳		1.00	本	206.00									
128	3.4	0.5	2.9	4.1	21.0	374	39	24	0.6	0.4	0.09	0.09	20	3.1	0.9		[米粉のパン、パンケーキ、ポタージュ]													
9	0.0	0.0	0.0	1.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		米油				1.00									
7	0.1	0.0	0.1	0.0	1.9	6	6	2	0.0	0.0	0.01	0.01	1	0.6	0.0		にんじん				20.00									
17	0.5	0.0	0.5	0.1	4.2	1	9	5	0.2	0.1	0.02	0.01	4	0.8	0.0		たまねぎ				50.00									
19	0.6	0.0	0.6	0.1	4.6	1	6	7	0.1	0.2	0.02	0.02	9	1.1	0.0		うらごしかぼちゃ				25.00									
12	0.3	0.0	0.3	0.0	3.1	0	2	4	0.1	0.0	0.01	0.01	6	0.5	0.0		かぼちゃ				15.00									
2	0.0	0.0	0.0	0.1	0.3	0	1	0	0.0	0.0	0.00	0.00	0	0.1	0.0		ローストオニオン				0.50									
3	0.3	0.1	0.2	0.0	0.3	40	0	1	0.0	0.0	0.00	0.00	0	0.0	0.1		洋風だし				0.80									
1	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	4	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	0.00	0.00	0	0.0	0.0		ローリエ				0.02									
10	0.9	0.0	0.9	0.5	0.4	0	3	5	0.1	0.1	0.01	0.00	0	0.0	0.0		豆乳				20.00									
46	0.3	0.0	0.3	2.3	6.2	205	12	0	0.1	0.0	0.02	0.04	0	0.0	0.5		米粉のホワイトルウ				10.00									
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	117	0	0	0.0	0.0	0.00	0.00	0	0.0	0.3		天日塩				0.30									
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									
135	12.2	11.7	0.5	6.0	1.0	5.0	8.8	233	3	18	0.05	0.07	3	0.0	0.6		[揚げどりのレモンソースかけ]													
53	11.7	11.7	0.0	1.0	0.1	0.0	0.1	23	2	15	0.05	0.06	2	0.0	0.1		とりむね肉 50g		1.00	個	50.00									
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	39	0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1		食塩				0.10									
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									
1	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									
18	0.3	0.0	0.3	0.0	4.1	0	0	1	0.0	0.1	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	0.00	0.00	0	0.0	0.0		なたね油				5.00									
16	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		さとう (三温)				4.00									
2	0.2	0.0	0.2	0.0	0.2	171	1	2	0.1	0.0	0.00	0.01	0	0.0	0.4		しょうゆ				3.00									
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0	0	0	0.0	0.0	0.00	0.00	1	0.0	0.0		レモン果汁				2.00									
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0	0	0	0.0	0.0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		でんぶん				0.30									
13	0.6	0.0	0.6	0.6	0.0	0.6	2.2	90	17	6	0.02	0.01	16	0.7	0.2		[キャベツソテー]													
4	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	0.5	0.0	0	0.0	0.0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		米油				0.50									
8	0.5	0.0	0.5	0.1	0.0	0.1	2.1	2	17	6	0.02	0.01	16	0.7	0.0		キャベツ				40.00									
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.1	10	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	0.00	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	0.00	0.00	0	0.0	0.0		こしょう				0.02									
754	32.2	19.8	12.4	23.7	8.9	14.8	103.0	1266	322	95	1.8	2.7	360	0.38	0.57	41	5.7	3.1	単純合計値			578.99								
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 6月13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	牛乳						米粉のカレーソース							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		
	コールスローサラダ						コールスロードレッシング							人数												3100	3100.00	
														単価												0.00	0.00	
エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 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		一人分量								
		動物性 g	植物性 g	動物性 g	植物性 g															単位	g							
438	15.0	0.0	15.0	2.1	0.0	2.1	84.7	303	26	44	1.2	1.2	0	0.15	0.06	0	2.6	0.9	[ソフトめん]									
438	15.0	0.0	15.0	2.1	0.0	2.1	84.7	303	26	44	1.2	1.2	0	0.15	0.06	0	2.6	0.9	ソフトめん 120g	*	1.00	個	294.00					
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					
153	5.8	4.0	1.8	5.0	3.6	1.4	22.9	683	37	25	1.2	0.6	155	0.21	0.08	12	4.3	1.7	[米粉のカレーソース]									
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					
21	3.2	3.2	0.0	0.9	0.9	0.0	0.0	7	1	4	0.1	0.3	0	0.14	0.03	0	0.0	0.0	ぶたもも肉(せん)				15.00					
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	赤ぶどう酒				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					
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					
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					
15	0.4	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	4.3	0	1	5	0.1	0.1	0	0.02	0.01	7	2.2	0.0	じゃがいも				25.00					
2	0.0	0.0	0.0	0.1	0.1	0.0	0.3	0	1	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0	ローストオニオン				0.50					
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					
7	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	1.6	198	4	1	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.5	ソース				6.00					
5	0.4	0.0	0.4	0.3	0.0	0.3	0.2	0	1	2	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	豆乳				10.00					
25	0.2	0.2	0.0	1.0	1.0	0.0	3.8	142	5	2	0.2	0.0	4	0.01	0.00	0	0.2	0.4	米粉のカレールウ				6.00					
41	0.4	0.4	0.0	1.6	1.6	0.0	6.2	279	9	3	0.4	0.1	7	0.01	0.01	0	0.4	0.7	米粉のカレールウ(甘口)				10.00					
96	6.6	6.6	0.0	5.7	5.7	0.0	3.7	253	2	9	0.2	0.4	6	0.09	0.05	1	0.0	0.7	[ハムステーキ]									
96	6.6	6.6	0.0	5.7	5.7	0.0	3.7	253	2	9	0.2	0.4	6	0.09	0.05	1	0.0	0.7	ハムステーキ 50g		1.00	個	50.00					
14	0.6	0.0	0.6	0.2	0.0	0.2	3.3	3	16	7	0.1	0.1	37	0.02	0.01	14	0.9	0.0	[コールスローサラダ]									
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					
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					
5	0.1	0.0	0.1	0.1	0.0	0.1	1.0	0	0	1	0.0	0.0	0	0.01	0.00	0	0.2	0.0	コーン				5.00					
16	0.0	0.0	0.0	1.3	1.3	0.0	1.0	97	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2	[コールスロードレッシング]									
16	0.0	0.0	0.0	1.3	1.3	0.0	1.0	97	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2	コールスロードレッシング				5.00					
855	34.8	17.4	17.4	22.1	18.4	3.7	125.5	1423	308	106	2.7	3.1	278	0.55	0.51	29	7.8	3.7	単純合	値			746.53					
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	値			704.70					





2023年 6月16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)

豊川市南部学校給食センター

献立名	牛乳 切り干しだいこのソース炒め																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
	ごはん																ごはん																人数											3100	3100.00
	コロッケ																コロッケ																単価											0.00	0.00
エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 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																									
		動物性	植物性	動物性	植物性															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																										
76	6.9	2.6	4.3	2.4	0.2	2.2	7.8	530	57	61	1.5	0.6	151	0.08	0.08	5	2.3	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																							
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																							
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																							
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																							
3	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.6	0	0	1	0.1	0.0	0	0.02	0.01	0	0.3	0.0	えのきたけ			8.00																							
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																							
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																							
235	4.2	2.0	2.2	17.0	2.2	14.8	16.5	209	7	15	0.5	0.6	13	0.08	0.04	6	1.2	0.6	[コロッケ]		1.00	個	70.00																						
111	4.2	2.0	2.2	3.0	2.2	0.8	16.5	209	7	15	0.5	0.6	13	0.08	0.04	6	1.2	0.6	コロッケ 70g																										
124	0.0	0.0	0.0	14.0	0.0	14.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	なたね油			14.00																							
39	3.0	2.3	0.7	1.1	0.6	0.5	4.7	235	25	14	0.2	0.3	37	0.11	0.04	8	1.1	0.6	[切り干しだいこのソース炒め]																										
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																							
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	酒			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																							
8	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	2.1	6	15	5	0.1	0.1	0	0.01	0.01	1	0.6	0.0	切り干しだいこの			3.00																							
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	もやし			10.00																							
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																							
4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.8	99	2	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.3	ソース			3.00																							
1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	45	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1	オイスターソース			1.00																							
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																							
846	26.9	13.7	13.2	29.2	10.8	18.4	116.6	1058	320	133	3.1	3.6	281	0.80	0.51	21	5.0	2.9	単純合計値			670.22																							
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																							



[ 予定献立表 (日毎) ]

献立名	牛乳							とり肉とやさいのケチャップ炒め煮							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																					
	さかなのすりみ焼き							コーンサラダ							コーンドレッシング																					
	人 数							単 価							行 事 等																					
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]	*	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																
165	14.6	12.7	1.9	5.6	4.4	1.2	15.6	496	38	29	0.6	1.0	310	0.13	0.19	10	2.5	1.1		[とり肉とやさいのケチャップ炒め煮]																
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																
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	5	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		トウバンジャン																
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																
42	9.3	9.3	0.0	0.8	0.8	0.0	0.0	18	2	12	0.1	0.3	4	0.04	0.04	1	0.0	0.0		とりむね肉(角)																
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																
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																
21	0.7	0.0	0.7	0.1	0.0	0.1	5.5	1	11	6	0.2	0.1	0	0.03	0.01	5	1.0	0.0		たまねぎ																
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																
2	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.5	0	1	0	0.0	0.0	0	0.01	0.02	0	0.3	0.0		エリンギ																
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		うずらたまご																
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.2	0	1	0	0.0	0.0	2	0.01	0.01	1	0.1	0.0		グリーンアスパラガス																
6	0.6	0.6	0.0	0.1	0.1	0.0	0.5	98	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		中華だし																
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	23	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1		オイスターソース																
11	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	2.8	120	2	2	0.1	0.0	4	0.01	0.00	1	0.2	0.3		ケチャップ																
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)																
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																
5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.2	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		でんぶん																
94	3.1	3.1	0.0	6.1	6.1	0.0	7.8	213	4	6	4.5	0.1	37	0.02	0.02	1	2.1	0.6		[さかなのすりみ焼き]																
94	3.1	3.1	0.0	6.1	6.1	0.0	7.8	213	4	6	4.5	0.1	37	0.02	0.02	1	2.1	0.6		さかなのすりみ焼き 50g		1.00 個	50.00													
16	0.8	0.0	0.8	0.2	0.0	0.2	3.8	2	14	7	0.1	0.2	3	0.02	0.02	13	1.1	0.0		[コーンサラダ]																
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																
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																
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																
21	0.0	0.0	0.0	1.9	0.0	1.9	0.9	72	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		[コーンドレッシング]																
21	0.0	0.0	0.0	1.9	0.0	1.9	0.9	72	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		コーンドレッシング																
792	31.3	22.6	8.7	22.5	18.3	4.2	115.7	867	287	85	6.1	3.4	430	0.70	0.58	26	6.1	2.1		単 純 合 計 値			729.40													
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	牛乳						マーボー豆腐						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	
	ボイルもやし						パックしょうゆ						人数	単価	行事等																3100		3100.00		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 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]	*	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																		
174	14.5	7.3	7.2	6.9	5.0	1.9	14.7	678	50	98	7.5	1.3	10	0.42	0.44	8	2.0	1.6		[マーボー豆腐]																		
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	0.0	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															
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		でんぶん			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]																		
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														
7	0.8	0.0	0.8	0.0	0.0	0.0	1.2	1	5	4	0.1	0.1	0	0.02	0.02	4	0.6	0.0		[ボイルもやし]																		
7	0.8	0.0	0.8	0.0	0.0	0.0	1.2	1	5	4	0.1	0.1	0	0.02	0.02	4	0.6	0.0		もやし			45.00															
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															
817	34.3	14.8	19.5	23.7	15.9	7.8	112.8	1226	303	166	9.1	4.1	93	1.09	0.87	16	4.1	2.8		単純合計値				764.30														
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														

2023年 6月22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	ミルクロールパン やさいグラタン																牛乳 フルーツカクテル																コンソメスープ																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																																																																																																					
																																	人数																																	単価																																	行事等																																																															
	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																																																																																																																																												
352	11.1	2.3	8.8	6.2	0.0	6.2	59.8	470	84	32	0.7	1.1	0	0.16	0.16	0	1.7	1.2		[ミルクロールパン]	*	1.00	個	120.00																																																																																																																																										
352	11.1	2.3	8.8	6.2	0.0	6.2	59.8	470	84	32	0.7	1.1	0	0.16	0.16	0	1.7	1.2		ミルクロールパン 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																																																																																																																																										
65	4.5	2.7	1.8	1.7	0.6	1.1	7.8	508	29	19	0.4	0.4	112	0.14	0.07	19	1.8	1.3		[コンソメスープ]																																																																																																																																														
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																																																																																																																																										
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				10.00																																																																																																																																										
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																																																																																																																																										
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																																																																																																																																										
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																																																																																																																																										
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																																																																																																																																										
5	0.6	0.2	0.4	0.0	0.0	0.0	0.6	75	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.01	0	0.0	0.2		洋風だし				1.50																																																																																																																																										
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																																																																																																																																										
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																																																																																																																																										
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																																																																																																																																										
61	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	16.3	6	34	3	0.5	0.0	0	0.01	0.12	21	1.2	0.0		[フルーツカクテル]																																																																																																																																														
17	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	4.0	0	1	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	20	0.1	0.0		りんごレトルト				20.00																																																																																																																																										
15	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	4.1	0	1	2	0.1	0.0	0	0.01	0.00	1	0.1	0.0		パイナップル				20.00																																																																																																																																										
29	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	8.2	6	32	1	0.4	0.0	0	0.00	0.12	0	1.0	0.0		カクテルゼリー				30.00																																																																																																																																										
740	23.7	11.8	11.9	24.1	8.4	15.7	104.9	1142	473	83	2.4	2.5	213	0.41	0.67	43	6.1	2.9		単純合計値				555.02																																																																																																																																										
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6月23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)

豊川市南部学校給食センター

献立名	麦ごはん 牛乳 いなりキーマカレー 青じそポテト グリーンアスパラガスのサラダ たまねぎドレッシング いちごあんの水まんじゅう																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																														
	行事等																														
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	リチウム活性当量 μgRE	ビタミン B1	ビタミン B2	ビタミン C	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									
														mg	mg	mg						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]											
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							
203	10.9	8.2	2.7	8.6	4.2	4.4	21.6	667	43	37	1.2	1.1	203	0.43	0.14	14	3.8	1.7		[いなりキーマカレー]											
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							
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							
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	0.0	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	0.0	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							
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		にんにじん				25.00							
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							
4	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.9	1	1	2	0.0	0.0	9	0.01	0.00	3	0.7	0.0		トマトピューレ				10.00							
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							
38	1.1	0.0	1.1	3.2	0.0	3.2	1.0	0	6	8	0.2	0.1	0	0.03	0.01	0	0.6	0.0		冷凍油揚げ				10.00							
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							
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							
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	0.6	0.2	0.4	0.0	0.0	0.0	0.6	75	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.01	0	0.0	0.2		洋風だし				1.50							
4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.8	99	2	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.3		ソース				3.00							
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							
41	0.4	0.4	0.0	1.6	1.6	0.0	6.2	279	9	3	0.4	0.1	7	0.01	0.01	0	0.4	0.7		米粉のカレールウ (甘口)				10.00							
59	0.6	0.0	0.6	4.0	0.0	4.0	6.9	78	2	8	0.2	0.1	0	0.04	0.01	11	3.6	0.2		[青じそポテト]											
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 (乱)				40.00							
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		青じそフレーク				0.05							
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		食塩				0.20							
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							
15	0.9	0.0	0.9	0.1	0.0	0.1	3.4	1	11	6	0.2	0.2	5	0.03	0.04	10	1.1	0.0		[グリーンアスパラガスのサラダ]											
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							
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	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.4	0	2	1	0.1	0.1	3	0.01	0.02	2	0.2	0.0		グリーンアスパラガス				10.00							
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							
82	0.9	0.9	0.0	0.1	0.1	0.0	19.5	1	6	4	0.3	0.1	0	0.00	0.00	0	0.8	0.0		[いちごあんの水まんじゅう]											
82	0.9	0.9	0.0	0.1	0.1	0.0	19.5	1	6	4	0.3	0.1	0	0.00	0.00	0	0.8	0.0		いちごあんの水まんじゅう		1.00	個	40.00							
866	26.4	15.9	10.5	22.2	12.1	10.1	139.1	891	296	99	2.8	3.7	288	0.99	0.55	37	10.7	2.4		単純合計値				744.30							
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							

[ 予定献立表 (日毎) ]

献立名	ごはん ウインナーソーセージ							牛乳 ツナとコーンのソテー							やさいスープ							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																							
	人数																												3100																											3100	3100.00
	単価																												0.00																											0.00	0.00
行事等																																																									
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]		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																																				
36	2.6	0.6	2.0	0.1	0.0	0.1	7.2	466	40	15	0.6	0.3	135	0.05	0.07	19	1.9	1.2			[やさいスープ]																																				
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																																
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																																
3	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.6	0	0	1	0.0	0.1	0	0.01	0.02	0	0.3	0.0			エリンギ				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	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.2	2	17	1	0.3	0.0	26	0.01	0.01	4	0.2	0.0			こまつな				10.00																																
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																																
5	0.6	0.2	0.4	0.0	0.0	0.0	0.6	75	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.01	0	0.0	0.2			洋風だし				1.50																																
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																																
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]		3.00	個	60.00																																
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20g																																				
77	4.6	2.8	1.8	4.9	3.5	1.4	4.9	134	9	16	0.7	0.3	3	0.05	0.04	3	1.5	0.3			[ツナとコーンのソテー]																																				
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				0.50																																
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				15.00																																
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																																
18	0.6	0.0	0.6	0.3	0.0	0.3	4.0	0	1	5	0.1	0.1	1	0.02	0.01	1	1.0	0.0			コーン				20.00																																
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																																
809	29.2	19.4	9.8	30.6	28.2	2.4	100.4	1039	282	84	4.6	4.1	222	0.99	0.57	25	3.8	2.6			単 純 合 計 値				643.24																																
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 6月27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	中華めん							牛乳							五目ラーメン							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		
	はるまき							中華炒め														人数													3100	3100.00
																						単価												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	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															
353	10.1	0.0	10.1	1.4	0.0	70.6	67	17	19	0.7	0.7	0	0.10	0.02	0	2.6	0.2	[中華めん]																		
353	10.1	0.0	10.1	1.4	0.0	70.6	67	17	19	0.7	0.7	0	0.10	0.02	0	2.6	0.2	中華めん 240g	*	1.00 個	240.00															
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	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	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															
70	5.2	4.3	0.9	2.5	1.0	7.0	706	38	21	0.7	0.4	163	0.21	0.10	14	2.3	1.7	[五目ラーメン]																		
9	0.0	0.0	0.0	1.0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	米油			1.00															
21	3.2	3.2	0.0	0.9	0.9	0.0	7	1	4	0.1	0.3	0	0.14	0.03	0	0.0	0.0	ぶたもも肉			15.00															
1	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															
7	0.1	0.0	0.1	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															
10	0.3	0.0	0.3	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															
4	0.3	0.0	0.3	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	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	0	1	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.3	0.0	きくらげ			5.00															
4	0.1	0.0	0.1	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	0.2	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	0.1	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															
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															
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	29	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1	しょうゆ			0.50															
7	1.0	1.0	0.0	0.1	0.1	0.2	571	2	5	0.3	0.0	0	0.03	0.04	0	0.1	1.4	ラーメンスープ			8.00															
4	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	0.5	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	ごま油			0.50															
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	0.00	0.00	0	0.0	0.0	なたね油			6.00															
21	0.9	0.1	0.8	0.6	0.0	0.6	3.4	93	4	5	0.1	0.2	37	0.02	0.03	2	1.0	0.2	[中華炒め]																	
4	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	0.5	0.0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	米油			0.50															
2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.5	1	1	0.0	0.0	36	0.00	0.00	0	0.1	0.0	にんじん			5.00															
5	0.5	0.0	0.5	0.0	0.0	0.8	1	3	2	0.1	0.1	0	0.01	0.02	2	0.4	0.0	もやし			30.00															
9	0.3	0.0	0.3	0.1	0.0	0.1	2.0	0	2	0.0	0.1	1	0.01	0.01	0	0.5	0.0	コーン			10.00															
1	0.1	0.1	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	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	0.00	0.00	0	0.0	0.0	こしょう			0.02															
725	26.1	13.1	13.0	21.4	11.9	9.5	102.9	1084	295	73	1.7	2.5	308	0.50	0.50	23	6.6	2.7	単純合計値			679.45														
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 6月28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	牛乳							ぶた汁																	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		
	さけの塩焼き							ごぼうの炒め煮																	人数														
																									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	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																	
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															
109	10.1	5.1	5.0	5.2	1.1	4.1	6.2	539	127	74	1.9	1.1	6	0.19	0.06	6	2.1	1.3		[ぶた汁]																			
9	1.9	1.9	0.0	0.2	0.2	0.0	0.0	51	66	7	0.5	0.2	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1		煮干し粉			3.00																
21	3.2	3.2	0.0	0.9	0.9	0.0	0.0	7	1	4	0.1	0.3	0	0.14	0.03	0	0.0	0.0		ぶたもも肉			15.00																
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																
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																
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																
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																
19	0.6	0.0	0.6	1.6	0.0	1.6	0.5	0	3	4	0.1	0.1	0	0.01	0.00	0	0.3	0.0		冷凍油揚げ			5.00																
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																
23	1.9	0.0	1.9	1.2	0.0	1.2	1.6	473	17	14	0.7	0.2	0	0.00	0.01	0	0.7	1.2		赤みそ			11.00																
65	10.9	10.9	0.0	2.0	2.0	0.0	0.1	33	7	0	0.3	0.0	6	0.08	0.11	0	0.0	1.1		[さけの塩焼き]																			
65	10.9	10.9	0.0	2.0	2.0	0.0	0.1	33	7	0	0.3	0.0	6	0.08	0.11	0	0.0	1.1		さけ 50g		1.00	個	50.00															
28	0.8	0.0	0.8	0.5	0.0	0.5	5.6	168	16	12	0.1	0.1	38	0.02	0.03	0	1.5	0.4		[ごぼうの炒め煮]																			
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																
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																
9	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	2.3	3	7	8	0.1	0.1	0	0.01	0.01	0	0.9	0.0		ごぼう			15.00																
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	1	4	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.2	0.0		突こんにやく			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																
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																
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																
698	34.6	22.8	11.8	16.4	10.9	5.5	99.5	824	381	129	3.2	3.3	130	0.82	0.55	8	4.0	3.0		単純合計値			645.00																
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																

2023年6月29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	ごはん						牛乳		中華スープ						フライビーンズ		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	
	やさいまんじゅう						もやしソテー										人数												2990	2990.00
																	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								
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	4.4	3.0	1.4	3.4	2.9	0.5	7.4	506	29	14	0.4	0.5	246	0.06	0.11	6	1.9	1.3		[中華スープ]										
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						
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						
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						
3	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.6	0	0	1	0.1	0.0	0	0.02	0.01	0	0.3	0.0		えのきたけ				8.00						
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		うずらたまご				20.00						
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						
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						
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						
75	4.6	1.3	3.3	2.2	2.2	0.0	8.8	205	16	9	0.4	0.6	18	0.12	0.05	8	0.7	0.5		[やさいまんじゅう]		2.00	個	50.00						
75	4.6	1.3	3.3	2.2	2.2	0.0	8.8	205	16	9	0.4	0.6	18	0.12	0.05	8	0.7	0.5		やさいまんじゅう										
15	1.0	0.1	0.9	0.6	0.0	0.6	1.9	93	6	5	0.1	0.2	36	0.02	0.03	4	0.8	0.2		[もやしソテー]										
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						
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						
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						
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						
47	2.5	0.0	2.5	2.1	0.0	2.1	4.6	38	9	9	0.8	0.3	0	0.01	0.01	0	1.5	0.1		[フライビーンズ]		1.00	個	10.00						
47	2.5	0.0	2.5	2.1	0.0	2.1	4.6	38	9	9	0.8	0.3	0	0.01	0.01	0	1.5	0.1		フライビーンズ										
709	25.3	11.2	14.1	17.0	12.9	4.1	110.3	926	291	80	2.6	3.7	380	0.74	0.55	20	5.3	2.3		単純合計値				661.44						
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						

[ 予定献立表 (日毎) ]

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													合計	換算人							
								単価													合計	換算人							
								行事等																					
エネルギー kcal	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 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							
	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					
87	3.8	1.3	2.5	0.5	0.4	0.1	20.2	523	35	23	0.6	0.3	146	0.08	0.08	18	7.2	1.3		[やさいのうま煮] にんじん				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		たまねぎ				30.00					
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		たけのこ				10.00					
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		こんにゃく 1/30				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		干しいたけ				1.00					
3	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.6	0	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.02	0	0.5	0.0		じゃがいも(乱)				55.00					
32	0.9	0.0	0.9	0.1	0.0	0.1	9.5	1	2	10	0.2	0.1	0	0.05	0.02	15	4.9	0.0		揚げはん				10.00					
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		さやいんげん				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		和風だし				1.00					
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		さと(三温)				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		しょうゆ				6.00					
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		みりん				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											
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		[さばの銀紙焼き] さばの銀紙焼き 60g		1.00	個	60.00					
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											
18	0.7	0.0	0.7	0.2	0.0	0.2	4.3	13	11	10	0.1	0.2	9	0.03	0.02	5	1.5	0.0		[海そうサラダ] コーン				15.00					
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		ひじき				0.40					
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		きゅうり				25.00					
3	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.8	0	7	4	0.1	0.1	7	0.01	0.01	4	0.3	0.0						0.40					
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	6	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.3	0.0		こんにゃく寒天									
9	0.1	0.0	0.1	0.3	0.0	0.3	1.6	140	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.01	0	0.0	0.4		[香味塩ドレッシング] 香味塩ドレッシング				5.00					
9	0.1	0.0	0.1	0.3	0.0	0.3	1.6	140	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.01	0	0.0	0.4											
752	29.4	16.9	12.5	16.6	11.0	5.6	121.7	1126	391	97	2.7	3.1	245	0.66	0.59	25	9.5	2.8		単 純 合 計 値				696.80					
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					