

2024年 2月 1日 木曜日

献立1 昼食

0:通常献立

[予定献立表 (日毎)]

2(小学校) 豊川市学校給食センター

献立名	麦ごはん			牛乳			五目きんぴら			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		
	いわしのかば焼き丼			海そうサラダ			せつぷん豆			1400		1500	2200									5100	5100.00		
	香味塩ドレッシング									0.00		0.00	0.00									0.00	0.00		
エネルギー	たんぱく質			脂質			炭水化物			ナトリウム	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛	レチノール	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	mg	mg	mg	mg	mg	μgRE	mg	mg	mg	g	g	g	g	g			単位	g
251	4.3	0.0	4.3	0.6	0.0	0.6	53.9	0	5	16	0.6	1.0	0	0.29	0.03	0	1.0	0.0	0.0	0.0	0.0	[麦ごはん]			
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	0.0	0.0	0.0	麦ごはん 60g	*		0.00
251	4.3	0.0	4.3	0.6	0.0	0.6	53.9	0	5	16	0.6	1.0	0	0.29	0.03	0	1.0	0.0	0.0	0.0	0.0	麦ごはん 70g	*	1.00 個	160.00
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	0.0	0.0	0.0	麦ごはん 80g	*		0.00
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	0.0	0.2	0.0	[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	0.0	0.2	0.0	牛乳		1.00 本	206.00
98	6.3	5.2	1.1	2.3	1.5	0.8	14.2	446	46	28	0.8	0.6	150	0.16	0.08	8	2.9	1.1	0.0	0.0	0.0	[五目きんぴら]			
7	0.0	0.0	0.0	0.8	0.0	0.8	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	米油			0.82
17	2.6	2.6	0.0	0.7	0.7	0.0	0.0	6	0	3	0.1	0.3	0	0.12	0.03	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	ぶたもも肉			12.30
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	0.0	0.0	0.0	酒			0.82
7	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	1.9	6	6	2	0.0	0.0	148	0.01	0.01	1	0.6	0.0	0.0	0.0	0.0	にんじん			20.50
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.7	3	12	1	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.6	0.0	0.0	0.0	0.0	突こんにやく			28.70
8	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	1.9	3	2	2	0.1	0.0	0	0.01	0.00	6	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	れんこん			12.30
14	0.4	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	3.8	4	11	13	0.2	0.2	0	0.01	0.01	1	1.4	0.0	0.0	0.0	0.0	ごぼう(せん)			24.60
28	2.6	2.6	0.0	0.8	0.8	0.0	2.8	150	12	3	0.2	0.1	0	0.01	0.02	0	0.0	0.4	0.0	0.4	0.0	揚げはん			20.50
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.2	0	2	1	0.0	0.0	2	0.00	0.00	0	0.1	0.0	0.0	0.1	0.0	さやいんげん			4.10
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	40	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1	和風だし			0.41
6	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	0.0	0.0	0.0	さとう(三温)			1.64
4	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	0.0	0.0	0.0	みりん			1.64
3	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.3	234	1	3	0.1	0.0	0	0.00	0.01	0	0.0	0.6	0.0	0.6	0.0	しょうゆ			4.10
108	5.9	5.5	0.4	5.9	2.6	3.3	7.1	273	22	12	0.7	0.5	2	0.01	0.12	0	0.0	0.7	0.0	0.7	0.0	[いわしのかば焼き丼]			
53	5.6	5.5	0.1	2.6	2.6	0.0	1.3	23	21	9	0.6	0.5	2	0.01	0.11	0	0.0	0.1	0.0	0.1	0.0	いわしの開き 30g		1.00 個	30.00
29	0.0	0.0	0.0	3.3	0.0	3.3	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	なたね油			3.28
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	0.0	0.0	0.0	おろししょうが			0.41
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	16	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	和風だし			0.16
13	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	3.2	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	さとう(三温)			3.28
10	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.1	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	みりん			4.10
3	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.3	234	1	3	0.1	0.0	0	0.00	0.01	0	0.0	0.6	0.0	0.6	0.0	しょうゆ			4.10
11	0.4	0.0	0.4	0.1	0.0	0.1	2.8	11	9	8	0.1	0.0	8	0.02	0.02	3	1.2	0.0	0.0	0.0	0.0	[海そうサラダ]			
7	0.2	0.0	0.2	0.1	0.0	0.1	1.6	0	0	2	0.0	0.0	0	0.01	0.01	0	0.4	0.0	0.0	0.0	0.0	コーン			8.20
3	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.7	0	6	4	0.1	0.0	7	0.01	0.01	3	0.3	0.0	0.0	0.0	0.0	きゅうり			24.60
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	6	3	2	0.0	0.0	1	0.00	0.00	0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	ひじき			0.33
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	5	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.0	こんにやく寒天			0.33
21	1.7	0.0	1.7	1.0	0.0	1.0	1.5	0	9	11	0.3	0.2	0	0.04	0.01	0	0.9	0.0	0.0	0.0	0.0	[せつぷん豆]			
21	1.7	0.0	1.7	1.0	0.0	1.0	1.5	0	9	11	0.3	0.2	0	0.04	0.01	0	0.9	0.0	0.0	0.0	0.0	せつぷん豆		1.00 個	5.00
8	0.1	0.0	0.1	0.2	0.0	0.2	1.3	114	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.3	0.0	0.3	0.0	[香味塩ドレッシング]			
8	0.1	0.0	0.1	0.2	0.0	0.2	1.3	114	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.3	0.0	0.3	0.0	香味塩ドレッシング			4.10
635	25.5	17.5	8.0	17.9	11.9	6.0	90.7	928	318	96	2.5	3.1	240	0.60	0.57	13	6.0	2.3	0.0	0.0	0.0	単純合計値			586.32
650	26.8	13.4	13.4	18.1			0.0	787	350	50	3.0	2.0	200	0.40	0.40	25	4.5	2.0	0.0	0.0	0.0	基準値			573.96

