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）]

1(中学校)　豊川市学校給食センター

献立名	
麦ごはん	牛乳
いわしのかば焼き丼	海そうサラダ
香味塩ドレッシング	
五目きんぴら	
せつぶん豆	

	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
行事等													

ｴﾈﾙｷﾞｰ 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	ﾏｸﾞﾈｼｳﾑ mg	鉄 mg	亜鉛 mg	ﾚﾁﾉｰﾙ活性当量 μgRE	ﾋﾞﾀﾐﾝB1 mg	ﾋﾞﾀﾐﾝB2 mg	ﾋﾞﾀﾐﾝ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	一人分量 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]			
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	＊	1.00 個	228.00
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		[牛乳]			
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
122	7.9	6.3	1.6	2.9	1.8	1.1	17.5	544	59	34	0.9	0.7	182	0.21	0.11	10	3.6	1.3		[五目きんぴら]			
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			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
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
2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.8	4	15	1	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.8	0.0		突こんにゃく			35.00
10	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	2.3	4	3	2	0.1	0.0	0	0.02	0.00	7	0.3	0.0		れんこん			15.00
17	0.5	0.0	0.5	0.0	0.0	0.0	4.6	5	14	16	0.2	0.2	0	0.02	0.01	1	1.7	0.0		ごぼう（せん）			30.00
34	3.1	3.1	0.0	0.9	0.9	0.0	3.5	183	15	4	0.2	0.1	0	0.01	0.03	0	0.0	0.5		揚げはん			25.00
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
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
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
139	7.8	7.3	0.5	7.5	3.5	4.0	8.8	336	29	15	0.9	0.6	3	0.01	0.16	0	0.0	0.8		[いわしのかば焼き丼]			
71	7.4	7.3	0.1	3.5	3.5	0.0	1.7	31	28	12	0.8	0.6	3	0.01	0.15	0	0.0	0.1		いわしの開き　40ｇ		1.00 個	40.00
35	0.0	0.0	0.0	4.0	0.0	4.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		なたね油			4.00
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
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	20	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		和風だし			0.20
16	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	4.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		さとう（三温）			4.00
12	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		みりん			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
14	0.6	0.0	0.6	0.1	0.0	0.1	3.4	13	12	10	0.1	0.2	10	0.02	0.02	4	1.3	0.0		[海そうサラダ]			
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	0.9	0	8	5	0.1	0.1	8	0.01	0.01	4	0.3	0.0		きゅうり			30.00
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
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			0.40
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		[せつぶん豆]			
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		せつぶん豆		1.00 個	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		[香味塩ドレッシング]			
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			5.00
801	31.1	20.4	10.7	20.5	13.1	7.4	119.5	1117	343	114	3.1	3.9	275	0.77	0.67	16	7.2	2.7		単純合計値			705.00
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

2024 年 2 月 2 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　生揚げのみそ煮
	とりのてり焼き　やさい炒め

	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	2600											2600	2600.00
単　価	0.00											0.00	0.00
行　事　等													

ｴﾈﾙｷﾞｰ 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	ﾏｸﾞﾈｼｳﾑ mg	鉄 mg	亜鉛 mg	ﾚﾁﾉｰﾙ活性当量 μgRE	ﾋﾞﾀﾐﾝB1 mg	ﾋﾞﾀﾐﾝB2 mg	ﾋﾞﾀﾐﾝ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	一人分量 g
358	6.0	0.0	6.0	0.9	0.0	0.9	77.7	0	4	22	0.9	1.3	0	0.45	0.04	0	0.4	0.0		[ごはん]			
358	6.0	0.0	6.0	0.9	0.0	0.9	77.7	0	4	22	0.9	1.3	0	0.45	0.04	0	0.4	0.0		ごはん　100ｇ	＊	1.00 個	224.00
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		[牛乳]			
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		牛乳		1.00 本	206.00
124	5.0	0.0	5.0	5.3	3.5	1.8	15.7	583	52	56	1.2	0.6	145	0.09	0.05	8	3.3	1.4		[生揚げのみそ煮]			
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
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
5	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	1.4	7	8	4	0.1	0.1	0	0.01	0.00	4	0.5	0.0		だいこん			35.00
13	0.4	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	3.3	0	3	5	0.1	0.1	0	0.02	0.01	2	0.6	0.0		さといも			25.00
1	0.2	0.0	0.2	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		しいたけ			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
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.6	3	11	1	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.6	0.0		こんにゃく　１/６０			25.00
2	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.4	0	2	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	1	0.1	0.0		根深ねぎ			5.00
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
14	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	3.5	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		さとう（三温）			3.50
17	1.4	0.0	1.4	0.8	0.0	0.8	1.2	344	12	10	0.5	0.2	0	0.00	0.01	0	0.5	0.9		赤みそ			8.00
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
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
76	14.2	14.0	0.2	1.1	1.1	0.0	2.5	219	3	18	0.2	0.4	5	0.06	0.07	2	0.0	0.6		[とりのてり焼き]			
63	14.0	14.0	0.0	1.1	1.1	0.0	0.1	27	2	17	0.2	0.4	5	0.06	0.07	2	0.0	0.1		とりむね肉　60ｇ		1.00 個	60.00
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		食塩			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
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	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
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
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
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
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			0.30
14	0.8	0.0	0.8	0.5	0.0	0.5	1.7	101	14	5	0.2	0.1	49	0.02	0.03	5	0.7	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
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
2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.5	1	1	1	0.0	0.0	36	0.00	0.00	0	0.1	0.0		にんじん.			5.00
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	1	9	1	0.1	0.0	13	0.00	0.01	2	0.1	0.0		こまつな			5.00
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	20	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		和風だし			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
710	32.8	20.8	12.0	15.6	12.4	3.2	107.5	987	300	122	2.5	3.2	279	0.70	0.50	17	4.4	2.4		単　純　合　計　値			709.24
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

2024 年 2 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)　豊川市学校給食センター

献立名			
	ごはん	牛乳	けんちん汁
	きんぴらの包み焼き	きゅうりの塩こんぶあえ	型ぬきチーズ

	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
人数	2600											2600	2600.00
単価	0.00											0.00	0.00
行事等													

ｴﾈﾙｷﾞｰ 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	ﾏｸﾞﾈｼｳﾑ mg	鉄 mg	亜鉛 mg	ﾚﾁﾉｰﾙ活性当量 μgRE	ﾋﾞﾀﾐﾝB1 mg	ﾋﾞﾀﾐﾝB2 mg	ﾋﾞﾀﾐﾝ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	一人分量 g
358	6.0	0.0	6.0	0.9	0.0	0.9	77.7	0	4	22	0.9	1.3	0	0.45	0.04	0	0.4	0.0		[ごはん]			
358	6.0	0.0	6.0	0.9	0.0	0.9	77.7	0	4	22	0.9	1.3	0	0.45	0.04	0	0.4	0.0		ごはん　100ｇ	＊	1.00 個	224.00
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		[牛乳]			
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		牛乳		1.00 本	206.00
55	5.2	2.3	2.9	2.0	0.2	1.8	5.2	396	57	54	1.0	0.4	151	0.06	0.07	7	2.0	1.0		[けんちん汁]			
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
5	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	1.2	6	7	3	0.1	0.1	0	0.01	0.00	4	0.4	0.0		だいこん			30.00
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		干ししいたけ			0.50
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		こんにゃく　１/６０			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
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	0.2	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
2	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.2	189	1	2	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.5		うすくちしょうゆ			3.00
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
118	7.7	4.7	3.0	5.7	5.7	0.0	9.0	272	30	38	1.0	0.5	29	0.06	0.04	2	2.0	0.7		[きんぴらの包み焼き]			
118	7.7	4.7	3.0	5.7	5.7	0.0	9.0	272	30	38	1.0	0.5	29	0.06	0.04	2	2.0	0.7		きんぴらの包み焼き　70ｇ		1.00 個	70.00
10	0.9	0.0	0.9	0.0	0.0	0.0	2.4	108	20	10	0.3	0.1	8	0.02	0.02	12	0.9	0.3		[きゅうりの塩こんぶあえ]			
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
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		きゅうり			25.00
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		しょうが			0.20
3	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.6	107	4	3	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.2	0.3		塩こんぶ			1.50
33	1.9	1.9	0.0	2.8	2.8	0.0	0.1	117	56	2	0.7	0.3	40	0.00	0.04	0	0.0	0.3		[型ぬきチーズ]			
33	1.9	1.9	0.0	2.8	2.8	0.0	0.1	117	56	2	0.7	0.3	40	0.00	0.04	0	0.0	0.3		型ぬきチーズ　10ｇ		1.00 個	10.00
712	28.5	15.7	12.8	19.2	16.5	2.7	104.3	977	394	147	3.9	3.4	308	0.67	0.52	23	5.3	2.5		単純合計値			671.90
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 2 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)　　豊川市学校給食センター

献立名	
五こくごはん	はっこう乳
ハートのパンプキンコロッケ	キャベツとコーンのソテー
キーマカレー	

	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
人数	2600											2600	2600.00
単価	0.00											0.00	0.00
行事等													

ｴﾈﾙｷﾞｰ 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	ﾏｸﾞﾈｼｳﾑ mg	鉄 mg	亜鉛 mg	ﾚﾁﾉｰﾙ活性当量 μgRE	ﾋﾞﾀﾐﾝB1 mg	ﾋﾞﾀﾐﾝB2 mg	ﾋﾞﾀﾐﾝ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	一人分量 g
359	6.2	0.0	6.2	0.9	0.0	0.9	77.7	0	7	25	0.9	1.4	0	0.41	0.05	0	1.2	0.0		[五こくごはん]			
359	6.2	0.0	6.2	0.9	0.0	0.9	77.7	0	7	25	0.9	1.4	0	0.41	0.05	0	1.2	0.0		五こくごはん　100ｇ	*	1.00 個	230.00
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]			
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		1.00 個	192.60
159	9.0	7.3	1.7	5.1	4.0	1.1	20.4	607	38	28	1.0	0.9	167	0.34	0.14	12	2.9	1.6		[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
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		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			0.04
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		ローストオニオン			1.00
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
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
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
4	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.9	1	2	3	0.1	0.0	9	0.01	0.01	2	0.3	0.0		冷凍トマト			20.00
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	0.0	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	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0	1	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		カレー粉			0.15
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
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
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
198	3.5	0.9	2.6	13.6	1.6	12.0	16.7	98	7	5	0.2	0.1	19	0.02	0.02	5	1.0	0.2		[ハートのパンプキンコロッケ]			
92	3.5	0.9	2.6	1.6	1.6	0.0	16.7	98	7	5	0.2	0.1	19	0.02	0.02	5	1.0	0.2		ハートのパンプキンコロッケ　60ｇ		1.00 個	60.00
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		なたね油			12.00
18	0.7	0.0	0.7	0.7	0.0	0.7	3.2	90	17	7	0.1	0.1	2	0.03	0.01	16	0.9	0.2		[キャベツとコーンのソテー]			
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
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
8	0.5	0.0	0.5	0.1	0.0	0.1	2.1	2	17	6	0.1	0.1	2	0.02	0.01	16	0.7	0.0		キャベツ			40.00
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
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
871	25.0	13.8	11.2	21.5	6.8	14.7	144.2	870	319	86	9.9	3.1	194	0.84	0.45	33	7.9	2.2		単純合計値			712.21
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 2 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)　豊川市学校給食センター

献立名	
ごはん	牛乳
にしんの塩焼き	ごまあえ
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
人数	2600											2600	2600.00
単価	0.00											0.00	0.00
行事等													

ｴﾈﾙｷﾞｰ 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	ﾏｸﾞﾈｼｳﾑ mg	鉄 mg	亜鉛 mg	ﾚﾁﾉｰﾙ活性当量 μgRE	ﾋﾞﾀﾐﾝB1 mg	ﾋﾞﾀﾐﾝB2 mg	ﾋﾞﾀﾐﾝ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	一人分量 g
358	6.0	0.0	6.0	0.9	0.0	0.9	77.7	0	4	22	0.9	1.3	0	0.45	0.04	0	0.4	0.0		[ごはん]			
358	6.0	0.0	6.0	0.9	0.0	0.9	77.7	0	4	22	0.9	1.3	0	0.45	0.04	0	0.4	0.0		ごはん　100ｇ	＊	1.00 個	224.00
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		[牛乳]			
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		牛乳		1.00 本	206.00
120	9.0	7.9	1.1	4.4	4.4	0.0	11.4	612	63	29	0.9	0.9	230	0.06	0.14	7	2.4	1.7		[おでん]			
12	2.6	2.6	0.0	0.2	0.2	0.0	0.0	17	2	3	0.3	0.1	1	0.01	0.02	0	0.0	0.2		厚削節			3.50
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
7	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	1.8	9	11	5	0.1	0.1	0	0.01	0.00	5	0.6	0.0		だいこん			45.00
11	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	2.6	0	2	4	0.1	0.1	0	0.01	0.00	1	0.5	0.0		さといも（乱）			20.00
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.6	3	11	1	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.6	0.0		こんにゃく　１/３０			25.00
27	2.5	2.5	0.0	0.7	0.7	0.0	2.8	146	12	3	0.2	0.1	0	0.01	0.02	0	0.0	0.4		揚げはん			20.00
2	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.6	26	8	5	0.0	0.0	1	0.00	0.00	0	0.3	0.1		角切りこんぶ			1.00
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		うずらたまご			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	0.0	0.6		しょうゆ			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		うすくちしょうゆ			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		みりん			2.00
94	8.4	8.4	0.0	7.2	7.2	0.0	0.0	53	104	16	0.5	0.5	9	0.00	0.08	0	0.0	0.1		[にしんの塩焼き]			
94	8.4	8.4	0.0	7.2	7.2	0.0	0.0	53	104	16	0.5	0.5	9	0.00	0.08	0	0.0	0.1		にしん　40ｇ		1.00 個	40.00
33	1.2	0.0	1.2	1.1	0.0	1.1	5.1	150	50	21	0.5	0.3	110	0.04	0.04	13	1.4	0.4		[ごまあえ]			
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
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
2	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.3	2	5	7	0.2	0.1	35	0.01	0.02	4	0.3	0.0		ほうれんそう			10.00
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
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	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.2	143	1	2	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.4		しょうゆ			2.50
743	31.4	23.1	8.3	21.4	19.4	2.0	104.1	899	448	109	2.8	3.8	429	0.63	0.61	22	4.2	2.4		単純合計値			699.00
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

2024 年 2 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)　　豊川市学校給食センター

献立名	
	ロールパン　牛乳　ほたて入り米粉のクリームシチュー
	ハンバーグのケチャップソースかけ　コーンときゅうりのサラダ　コーンドレッシング

	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
行事等													

ｴﾈﾙｷﾞｰ 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	ﾏｸﾞﾈｼｳﾑ mg	鉄 mg	亜鉛 mg	ﾚﾁﾉｰﾙ活性当量 μgRE	ﾋﾞﾀﾐﾝB1 mg	ﾋﾞﾀﾐﾝB2 mg	ﾋﾞﾀﾐﾝ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	一人分量 g
395	10.6	1.8	8.8	11.4	0.0	11.4	58.9	493	69	31	0.7	1.1	1	0.15	0.13	0	1.7	1.3		[ロールパン]			
395	10.6	1.8	8.8	11.4	0.0	11.4	58.9	493	69	31	0.7	1.1	1	0.15	0.13	0	1.7	1.3		ロールパン　70ｇ	＊	1.00 個	119.00
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
147	11.7	9.1	2.6	4.4	0.2	4.2	16.2	485	46	36	0.6	1.0	151	0.09	0.12	16	1.8	1.2		[ほたて入り米粉のクリームシチュー]			
9	0.0	0.0	0.0	1.0	0.0	1.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		米油			1.00
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
3	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.6	1	9	2	0.1	0.0	2	0.01	0.01	4	0.3	0.0		はくさい			20.00
2	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.3	0	3	1	0.1	0.0	4	0.01	0.01	7	0.3	0.0		ブロッコリー			5.00
41	8.5	8.5	0.0	0.2	0.2	0.0	1.8	60	4	21	0.1	0.8	1	0.01	0.03	1	0.0	0.2		ほたて			50.00
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			2.00
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	117	0	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	0.0	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
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
156	9.4	7.1	2.3	7.5	2.8	4.7	14.1	388	59	19	2.0	0.5	15	0.08	0.07	2	3.4	1.0		[ハンバーグのケチャップソースかけ]			
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
16	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	4.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		さとう（三温）			4.00
10	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	2.5	108	1	2	0.0	0.0	4	0.01	0.00	1	0.2	0.3		ケチャップ			9.00
4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.9	116	2	1	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.3		ソース			3.50
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		赤ぶどう酒			2.00
12	0.6	0.0	0.6	0.2	0.0	0.2	2.9	2	16	7	0.1	0.1	4	0.02	0.01	13	0.8	0.0		[コーンときゅうりのサラダ]			
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
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	0.3	0	3	2	0.0	0.0	3	0.00	0.00	1	0.1	0.0		きゅうり			10.00
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			5.00
869	39.1	24.8	14.3	33.2	10.8	22.4	102.9	1524	417	114	3.4	3.5	251	0.42	0.64	33	7.7	3.9		単純合計値			629.83
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 2 月 9 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　いりどり　さんまのみぞれ煮　お好みあえ

	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
行事等													

ｴﾈﾙｷﾞｰ 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	ﾏｸﾞﾈｼｳﾑ mg	鉄 mg	亜鉛 mg	ﾚﾁﾉｰﾙ活性当量 μgRE	ﾋﾞﾀﾐﾝB1 mg	ﾋﾞﾀﾐﾝB2 mg	ﾋﾞﾀﾐﾝ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	一人分量 g
358	6.0	0.0	6.0	0.9	0.0	0.9	77.7	0	4	22	0.9	1.3	0	0.45	0.04	0	0.4	0.0		[ごはん]			
358	6.0	0.0	6.0	0.9	0.0	0.9	77.7	0	4	22	0.9	1.3	0	0.45	0.04	0	0.4	0.0		ごはん　100ｇ	＊	1.00 個	224.00
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		[牛乳]			
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		牛乳		1.00 本	206.00
114	8.0	5.7	2.3	2.6	1.5	1.1	16.7	483	51	38	0.8	1.1	223	0.10	0.13	14	4.3	1.2		[いりどり]			
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
34	5.7	5.7	0.0	1.5	1.5	0.0	0.0	21	2	7	0.2	0.5	5	0.04	0.06	1	0.0	0.1		とりもも肉			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
11	0.2	0.0	0.2	0.1	0.0	0.1	2.8	8	8	3	0.1	0.1	216	0.02	0.02	2	0.8	0.0		にんじん			30.00
17	0.5	0.0	0.5	0.0	0.0	0.0	4.6	5	14	16	0.2	0.2	0	0.02	0.01	1	1.7	0.0		ごぼう			30.00
2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.8	4	15	1	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.8	0.0		こんにゃく　１/６０			35.00
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		干ししいたけ			0.50
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
13	0.4	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	3.1	5	4	3	0.1	0.1	0	0.02	0.00	10	0.4	0.0		れんこん（いちょう）			20.00
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
3	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.6	98	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		和風だし			1.00
8	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		さとう（三温）			2.00
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
5	0.5	0.0	0.5	0.0	0.0	0.0	0.5	342	2	4	0.1	0.1	0	0.00	0.01	0	0.0	0.9		しょうゆ			6.00
131	7.6	7.6	0.0	9.1	2.0	7.1	4.6	235	115	14	0.7	0.3	11	0.00	0.09	0	0.3	0.6		[さんまのみぞれ煮]			
131	7.6	7.6	0.0	9.1	2.0	7.1	4.6	235	115	14	0.7	0.3	11	0.00	0.09	0	0.3	0.6		さんまのみぞれ煮　50ｇ		1.00 個	50.00
11	0.6	0.0	0.6	0.1	0.0	0.1	3.0	67	17	7	0.1	0.1	4	0.01	0.01	13	0.7	0.2		[お好みあえ]			
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	0.3	0	3	2	0.0	0.0	3	0.00	0.00	1	0.1	0.0		きゅうり			10.00
4	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	1.1	65	1	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.2		福神漬			5.00
752	29.0	20.1	8.9	20.5	11.3	9.2	111.9	869	414	102	2.5	3.6	318	0.64	0.58	29	5.7	2.2		単純合計値			704.50
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 2 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)　豊川市学校給食センター

献立名	
ソフトめん	牛乳
えだ豆とコーンのソテー	りんご
ミートソース	

	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
人数	2600											2600	2600.00
単価	0.00											0.00	0.00
行事等													

ｴﾈﾙｷﾞｰ 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	ﾏｸﾞﾈｼｳﾑ mg	鉄 mg	亜鉛 mg	ﾚﾁﾉｰﾙ活性当量 μgRE	ﾋﾞﾀﾐﾝB1 mg	ﾋﾞﾀﾐﾝB2 mg	ﾋﾞﾀﾐﾝ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	一人分量 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
182	9.0	7.3	1.7	5.8	4.6	1.2	25.6	951	38	32	1.0	0.9	243	0.37	0.12	12	3.0	2.4		[ミートソース]			
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
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		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
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		ローストオニオン			1.00
11	0.2	0.0	0.2	0.1	0.0	0.1	2.8	8	8	3	0.1	0.1	216	0.02	0.02	2	0.8	0.0		にんじん			30.00
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	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.9	1	2	3	0.1	0.0	9	0.01	0.01	2	0.3	0.0		冷凍トマト			20.00
2	0.3	0.1	0.2	0.0	0.0	0.0	0.2	30	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1		洋風だし			0.60
21	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	5.5	240	3	4	0.1	0.0	9	0.01	0.01	2	0.3	0.6		ケチャップ			20.00
9	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	1.9	231	4	2	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.6		ソース			7.00
18	0.2	0.2	0.0	0.5	0.5	0.0	3.2	159	2	1	0.1	0.0	0	0.01	0.00	0	0.1	0.4		ブラウンルウ			5.00
39	0.4	0.4	0.0	2.2	2.2	0.0	4.5	266	4	3	0.1	0.1	8	0.01	0.00	0	0.3	0.7		米粉のハヤシルウ			8.00
81	4.0	1.5	2.5	4.5	2.8	1.7	6.5	147	12	19	0.9	0.5	7	0.13	0.06	3	1.9	0.4		[えだ豆とコーンのソテー]			
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
33	1.5	1.5	0.0	2.8	2.8	0.0	0.1	59	0	2	0.4	0.2	1	0.06	0.02	0	0.0	0.2		カットウインナー			10.00
23	0.7	0.0	0.7	0.3	0.0	0.3	5.0	0	1	6	0.1	0.1	2	0.03	0.02	1	1.2	0.0		コーン			25.00
20	1.7	0.0	1.7	0.9	0.0	0.9	1.3	0	11	11	0.4	0.2	4	0.04	0.02	2	0.7	0.0		むきえだ豆			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
17	0.1	0.0	0.1	0.1	0.0	0.1	4.9	0	1	2	0.0	0.0	1	0.01	0.00	2	0.6	0.0		[りんご]			
17	0.1	0.0	0.1	0.1	0.0	0.1	4.9	0	1	2	0.0	0.0	1	0.01	0.00	2	0.6	0.0		りんご		0.13 個	30.00
856	34.9	15.6	19.3	20.3	15.2	5.1	131.6	1485	304	118	3.1	3.4	331	0.74	0.55	19	8.1	3.9		単純合計値			775.55
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		基準値			704.70

2024 年 2 月 14 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	
	ごはん　牛乳　なめこ汁
	さけメンチカツ　ひじきの煮付け

	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	2600											2600	2600.00
単価	0.00											0.00	0.00
行事等													

ｴﾈﾙｷﾞｰ 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	ﾏｸﾞﾈｼｳﾑ mg	鉄 mg	亜鉛 mg	ﾚﾁﾉｰﾙ活性当量 μgRE	ﾋﾞﾀﾐﾝB1 mg	ﾋﾞﾀﾐﾝB2 mg	ﾋﾞﾀﾐﾝ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	一人分量 g
358	6.0	0.0	6.0	0.9	0.0	0.9	77.7	0	4	22	0.9	1.3	0	0.45	0.04	0	0.4	0.0		[ごはん]			
358	6.0	0.0	6.0	0.9	0.0	0.9	77.7	0	4	22	0.9	1.3	0	0.45	0.04	0	0.4	0.0		ごはん　100ｇ	＊	1.00 個	224.00
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		[牛乳]			
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		牛乳		1.00 本	206.00
78	7.0	2.6	4.4	2.4	0.2	2.2	8.2	528	56	64	1.6	0.7	7	0.07	0.07	6	2.3	1.5		[なめこ汁]			
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	0.2	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
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
11	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	2.6	0	2	4	0.1	0.1	0	0.01	0.00	1	0.5	0.0		さといも			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
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.3	1	0	1	0.1	0.1	0	0.01	0.01	0	0.3	0.0		なめこ			10.00
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
203	5.4	5.4	0.0	15.4	3.4	12.0	11.0	198	210	11	0.2	0.3	3	0.01	0.02	0	0.8	0.5		[さけメンチカツ]			
97	5.4	5.4	0.0	3.4	3.4	0.0	11.0	198	210	11	0.2	0.3	3	0.01	0.02	0	0.8	0.5		さけメンチカツ　60ｇ		1.00 個	60.00
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		なたね油			12.00
47	1.3	0.0	1.3	2.1	0.0	2.1	6.0	249	27	17	0.5	0.1	76	0.03	0.03	6	1.7	0.6		[ひじきの煮付け]			
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
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		突こんにゃく			15.00
7	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	1.6	2	2	2	0.1	0.0	0	0.01	0.00	5	0.2	0.0		れんこん			10.00
2	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.7	22	12	8	0.1	0.0	4	0.00	0.01	0	0.6	0.1		ひじき			1.20
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	49	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1		和風だし			0.50
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	1.5	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		さとう（三温）			1.50
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
824	26.5	14.8	11.7	28.6	11.4	17.2	112.8	1059	524	135	3.2	3.2	166	0.64	0.47	14	5.2	2.8		単純合計値			669.20
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 2 月 15 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
厚焼きたまご	れんこんのおかか炒め
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
人数	2600											2600	2600.00
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	一人分量 g
358	6.0	0.0	6.0	0.9	0.0	0.9	77.7	0	4	22	0.9	1.3	0	0.45	0.04	0	0.4	0.0		[ごはん]			
358	6.0	0.0	6.0	0.9	0.0	0.9	77.7	0	4	22	0.9	1.3	0	0.45	0.04	0	0.4	0.0		ごはん　100ｇ	＊	1.00 個	224.00
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		[牛乳]			
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		牛乳		1.00 本	206.00
157	9.8	5.9	3.9	7.0	6.0	1.0	14.5	609	52	54	1.2	1.7	78	0.11	0.10	14	2.3	1.4		[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
8	0.8	0.8	0.0	0.0	0.0	0.0	1.2	80	2	1	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		なるとまき			10.00
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		根深ねぎ			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]			
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		1.00 個	50.00
42	1.7	0.4	1.3	0.5	0.0	0.5	8.2	173	12	8	0.1	0.2	74	0.05	0.04	13	1.2	0.4		[れんこんのおかか炒め]			
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
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
17	0.5	0.0	0.5	0.0	0.0	0.0	3.9	6	5	4	0.1	0.1	0	0.03	0.00	12	0.5	0.0		れんこん（いちょう）			25.00
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
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
2	0.4	0.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		花かつお			0.50
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
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	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
762	28.7	17.5	11.2	20.3	17.9	2.4	112.8	1039	314	110	2.9	4.5	285	0.71	0.64	29	3.9	2.5		単純合計値			735.30
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

2024 年 2 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)　豊川市学校給食センター

献立名	
ごはん	牛乳
あじ入りさんが焼き	ピリ辛井
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
人数	2600											2600	2600.00
単価	0.00											0.00	0.00
行事等													

ｴﾈﾙｷﾞｰ 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	ﾏｸﾞﾈｼｳﾑ mg	鉄 mg	亜鉛 mg	ﾚﾁﾉｰﾙ活性当量 μgRE	ﾋﾞﾀﾐﾝB1 mg	ﾋﾞﾀﾐﾝB2 mg	ﾋﾞﾀﾐﾝ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	一人分量 g
358	6.0	0.0	6.0	0.9	0.0	0.9	77.7	0	4	22	0.9	1.3	0	0.45	0.04	0	0.4	0.0		[ごはん]			
358	6.0	0.0	6.0	0.9	0.0	0.9	77.7	0	4	22	0.9	1.3	0	0.45	0.04	0	0.4	0.0		ごはん　100ｇ	＊	1.00 個	224.00
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		[牛乳]			
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		牛乳		1.00 本	206.00
52	4.2	0.8	3.4	1.6	0.1	1.5	5.0	491	44	62	0.5	0.4	4	0.05	0.04	4	1.1	1.2		[わかめスープ]			
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
26	2.3	0.0	2.3	1.5	0.0	1.5	0.6	3	30	46	0.3	0.2	0	0.03	0.01	0	0.1	0.0		とうふ			35.00
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	0.2	40	5	7	0.0	0.0	4	0.00	0.01	0	0.2	0.1		わかめ			0.60
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
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
104	8.3	5.6	2.7	6.1	6.1	0.0	4.1	224	186	13	0.3	0.4	19	0.05	0.04	1	0.4	0.5		[あじ入りさんが焼き]			
104	8.3	5.6	2.7	6.1	6.1	0.0	4.1	224	186	13	0.3	0.4	19	0.05	0.04	1	0.4	0.5		あじ入りさんが焼き　60ｇ		1.00 個	60.00
78	9.1	8.6	0.5	2.9	2.4	0.5	4.0	204	13	14	0.5	0.8	2	0.40	0.12	1	0.9	0.4		[ピリ辛井]			
4	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	0.5	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		米油			0.50
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	5	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		トウバンジャン			0.10
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
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
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	0.3	2	6	0	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.3	0.0		突こんにゃく			15.00
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
4	0.1	0.0	0.1	0.0	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
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	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	6	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		コチュジャン			0.20
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
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
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
730	34.4	21.8	12.6	19.3	16.4	2.9	100.7	1003	474	132	2.2	3.7	105	1.03	0.55	8	2.8	2.3		単純合計値			672.73
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 2 月 19 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			
	ごはん	牛乳	中華スープ
	ぶた肉のかき油炒め	ネーブルオレンジ	アーモンド小魚

	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
行事等													

ｴﾈﾙｷﾞｰ 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	ﾏｸﾞﾈｼｳﾑ mg	鉄 mg	亜鉛 mg	ﾚﾁﾉｰﾙ活性当量 μgRE	ﾋﾞﾀﾐﾝB1 mg	ﾋﾞﾀﾐﾝB2 mg	ﾋﾞﾀﾐﾝ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	一人分量 g
358	6.0	0.0	6.0	0.9	0.0	0.9	77.7	0	4	22	0.9	1.3	0	0.45	0.04	0	0.4	0.0		[ごはん]			
358	6.0	0.0	6.0	0.9	0.0	0.9	77.7	0	4	22	0.9	1.3	0	0.45	0.04	0	0.4	0.0		ごはん　100ｇ	＊	1.00 個	224.00
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		[牛乳]			
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		牛乳		1.00 本	206.00
59	4.5	1.3	3.2	1.8	0.0	1.8	6.1	502	53	57	0.7	0.3	3	0.06	0.04	8	1.3	1.2		[中華スープ]			
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
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		干ししいたけ			0.50
4	0.1	0.0	0.1	0.0	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
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
8	0.8	0.8	0.0	0.0	0.0	0.0	1.2	80	2	1	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		なるとまき			10.00
26	2.3	0.0	2.3	1.5	0.0	1.5	0.6	3	30	46	0.3	0.2	0	0.03	0.01	0	0.1	0.0		とうふ			35.00
2	0.4	0.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	14	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		チキンブイヨン（中華）			5.00
1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	88	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		がらスープの素			0.50
3	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.3	315	1	3	0.1	0.0	0	0.00	0.01	0	0.0	0.8		うすくちしょうゆ			5.00
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		こしょう			0.03
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
83	10.7	9.9	0.8	3.2	2.7	0.5	3.3	232	23	16	0.6	1.0	27	0.42	0.12	4	0.7	0.5		[ぶた肉のかき油炒め]			
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
62	9.7	9.7	0.0	2.7	2.7	0.0	0.1	22	2	11	0.3	0.9	1	0.42	0.10	0	0.0	0.0		ぶたもも肉			45.00
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	0.5	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		たけのこ			20.00
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.3	5	15	2	0.2	0.0	26	0.00	0.01	4	0.2	0.0		チンゲンサイ			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
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	0.2	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	0.2	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.4	90	1	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		オイスターソース			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		でんぷん			0.50
24	0.5	0.0	0.5	0.1	0.0	0.1	5.9	1	12	5	0.1	0.1	6	0.04	0.02	30	0.5	0.0		[ネーブルオレンジ]			
24	0.5	0.0	0.5	0.1	0.0	0.1	5.9	1	12	5	0.1	0.1	6	0.04	0.02	30	0.5	0.0		ネーブルオレンジ		0.17 個	50.00
38	2.1	2.1	0.0	2.3	2.3	0.0	2.7	49	54	17	0.5	0.3	0	0.00	0.04	0	0.4	0.1		[アーモンド小魚]			
38	2.1	2.1	0.0	2.3	2.3	0.0	2.7	49	54	17	0.5	0.3	0	0.00	0.04	0	0.4	0.1		アーモンド小魚　８ｇ		1.00 個	8.00
700	30.6	20.1	10.5	16.1	12.8	3.3	105.6	868	373	138	2.8	3.8	116	1.05	0.57	44	3.3	2.0		単純合計値			692.35
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 2 月 20 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
たらのフライ	ボイルキャベツ
かきたま汁	パックソース

	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
人数	2600											2600	2600.00
単価	0.00											0.00	0.00
行事等													

ｴﾈﾙｷﾞｰ 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	ﾏｸﾞﾈｼｳﾑ mg	鉄 mg	亜鉛 mg	ﾚﾁﾉｰﾙ活性当量 μgRE	ﾋﾞﾀﾐﾝB1 mg	ﾋﾞﾀﾐﾝB2 mg	ﾋﾞﾀﾐﾝ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	一人分量 g
358	6.0	0.0	6.0	0.9	0.0	0.9	77.7	0	4	22	0.9	1.3	0	0.45	0.04	0	0.4	0.0		[ごはん]			
358	6.0	0.0	6.0	0.9	0.0	0.9	77.7	0	4	22	0.9	1.3	0	0.45	0.04	0	0.4	0.0		ごはん　100ｇ	＊	1.00 個	224.00
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		[牛乳]			
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		牛乳		1.00 本	206.00
93	8.3	5.4	2.9	4.1	2.8	1.3	5.5	437	51	55	1.5	0.7	94	0.09	0.16	3	1.2	1.2		[かきたま汁]			
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
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
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
38	3.1	3.1	0.0	2.6	2.6	0.0	0.1	35	13	3	0.5	0.3	53	0.02	0.11	0	0.0	0.1		液卵			25.00
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
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
159	6.0	6.0	0.0	10.5	0.5	10.0	10.7	207	8	11	0.2	0.3	4	0.03	0.04	1	0.4	0.6		[たらのフライ]			
70	6.0	6.0	0.0	0.5	0.5	0.0	10.7	207	8	11	0.2	0.3	4	0.03	0.04	1	0.4	0.6		たらのフライ　50ｇ		1.00 個	50.00
89	0.0	0.0	0.0	10.0	0.0	10.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		なたね油			10.00
8	0.5	0.0	0.5	0.1	0.0	0.1	2.1	2	17	6	0.1	0.1	2	0.02	0.01	16	0.7	0.0		[ボイルキャベツ]			
8	0.5	0.0	0.5	0.1	0.0	0.1	2.1	2	17	6	0.1	0.1	2	0.02	0.01	16	0.7	0.0		キャベツ			40.00
5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.2	92	2	1	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		[パックソース]			
5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.2	92	2	1	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		パックソース			4.00
761	27.6	18.2	9.4	23.4	11.1	12.3	107.1	822	309	116	2.8	3.2	180	0.67	0.56	22	2.7	2.2		単純合計値			645.20
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 2 月 21 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	
ごはん	牛乳	じゃがいものふくめ煮
愛知のれんこん入りつくね	切り干しだいこんのサラダ	ごまドレッシング

	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
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	一人分量 g
358	6.0	0.0	6.0	0.9	0.0	0.9	77.7	0	4	22	0.9	1.3	0	0.45	0.04	0	0.4	0.0		[ごはん]			
358	6.0	0.0	6.0	0.9	0.0	0.9	77.7	0	4	22	0.9	1.3	0	0.45	0.04	0	0.4	0.0		ごはん　100ｇ	＊	1.00 個	224.00
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		[牛乳]			
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		牛乳		1.00 本	206.00
98	4.3	2.0	2.3	0.8	0.6	0.2	22.6	611	41	26	0.7	0.4	182	0.10	0.08	20	6.9	1.6		[じゃがいものふくめ煮]			
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
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	0.6	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
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		じゃがいも（乱）			55.00
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	0.1	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
4	0.3	0.1	0.2	0.0	0.0	0.0	0.9	147	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.4		和風だし			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
5	0.5	0.0	0.5	0.0	0.0	0.0	0.5	342	2	4	0.1	0.1	0	0.00	0.01	0	0.0	0.9		しょうゆ			6.00
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
101	4.5	3.5	1.0	5.5	5.5	0.0	8.0	262	8	12	0.3	0.2	4	0.03	0.03	2	0.5	0.7		[愛知のれんこん入りつくね]			
101	4.5	3.5	1.0	5.5	5.5	0.0	8.0	262	8	12	0.3	0.2	4	0.03	0.03	2	0.5	0.7		愛知のれんこん入りつくね		3.00 個	60.00
18	0.7	0.0	0.7	0.1	0.0	0.1	4.0	4	15	8	0.2	0.1	7	0.03	0.02	4	1.1	0.0		[切り干しだいこんのサラダ]			
6	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	1.4	4	10	3	0.1	0.0	0	0.01	0.00	1	0.4	0.0		切り干しだいこん			2.00
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
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
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
719	22.4	12.3	10.1	15.2	13.9	1.3	123.5	1041	297	90	2.1	2.8	273	0.69	0.48	28	8.9	2.7		単純合計値			703.50
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 2 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)　豊川市学校給食センター

献立名	
	中華めん　牛乳　とんこつしょうゆラーメン
	ぎょうざ　ボイルもやし　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
人数	2600											2600	2600.00
単価	0.00											0.00	0.00
行事等													

ｴﾈﾙｷﾞｰ 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	ﾏｸﾞﾈｼｳﾑ mg	鉄 mg	亜鉛 mg	ﾚﾁﾉｰﾙ活性当量 μgRE	ﾋﾞﾀﾐﾝB1 mg	ﾋﾞﾀﾐﾝB2 mg	ﾋﾞﾀﾐﾝ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	一人分量 g
353	10.1	0.0	10.1	1.4	0.0	1.4	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	1.4	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	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
77	2.7	1.4	1.3	3.4	2.3	1.1	9.4	814	39	18	0.7	0.2	128	0.08	0.09	13	1.8	2.0		[とんこつしょうゆラーメン]			
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	0.1	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		にんにく			0.50
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
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
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
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
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
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
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
1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	88	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		がらスープの素			0.50
25	0.9	0.9	0.0	2.3	2.3	0.0	0.2	391	1	2	0.3	0.0	0	0.04	0.05	0	0.1	1.0		とんこつスープ			7.00
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		こしょう			0.02
149	4.0	3.1	0.9	8.0	1.0	7.0	14.5	238	11	10	0.3	0.4	3	0.09	0.04	6	0.8	0.6		[ぎょうざ]			
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
48	0.0	0.0	0.0	5.4	0.0	5.4	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		なたね油			5.40
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
727	24.7	11.3	13.4	20.6	11.1	9.5	105.9	1432	300	75	1.9	2.2	211	0.37	0.49	25	5.8	3.4		単純合計値			675.42
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 2 月 26 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	
麦ごはん	牛乳
オムレツ	キャベツソテー
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
人　数	2600											2600	2600.00
単　価	0.00											0.00	0.00
行　事　等													

ｴﾈﾙｷﾞｰ 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	ﾏｸﾞﾈｼｳﾑ mg	鉄 mg	亜鉛 mg	ﾚﾁﾉｰﾙ活性当量 μgRE	ﾋﾞﾀﾐﾝB1 mg	ﾋﾞﾀﾐﾝB2 mg	ﾋﾞﾀﾐﾝ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	一人分量 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]			
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	＊	1.00 個	228.00
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		[牛乳]			
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
172	7.8	5.3	2.5	5.3	3.9	1.4	26.0	728	29	28	0.7	0.7	160	0.28	0.09	18	5.5	1.8		[米粉のハヤシライス]			
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
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			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		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
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		ローストオニオン			1.00
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
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
21	0.6	0.0	0.6	0.0	0.0	0.0	6.1	0	1	7	0.1	0.1	0	0.03	0.01	10	3.1	0.0		じゃがいも			35.00
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		マッシュルーム			5.00
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		冷凍トマト			10.00
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
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
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		米粉のハヤシルウ			7.00
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		ブラウンルウ			7.00
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		ケチャップ			8.00
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		ソース			2.00
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
68	4.3	4.3	0.0	4.6	4.6	0.0	1.5	123	19	4	0.7	0.5	53	0.02	0.16	0	0.0	0.4		[オムレツ]			
68	4.3	4.3	0.0	4.6	4.6	0.0	1.5	123	19	4	0.7	0.5	53	0.02	0.16	0	0.0	0.4		オムレツ　50ｇ		1.00 個	50.00
15	0.6	0.0	0.6	0.6	0.0	0.6	2.7	91	18	7	0.1	0.1	38	0.02	0.01	16	0.8	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	0.0	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	0.1	0.1	2	0.02	0.01	16	0.7	0.0		キャベツ			40.00
2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.5	1	1	1	0.0	0.0	36	0.00	0.00	0	0.1	0.0		にんじん.			5.00
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	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
751	25.7	16.4	9.3	19.2	16.3	2.9	116.9	1026	300	83	2.4	3.5	331	0.81	0.62	36	7.7	2.6		単　純　合　計　値			719.47
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

2024 年 2 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)　豊川市学校給食センター

献立名	
	ごはん　牛乳　ツナと大豆の煮付け
	ちくわのいそべ揚げ　いちご

	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
行事等													

ｴﾈﾙｷﾞｰ 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	ﾏｸﾞﾈｼｳﾑ mg	鉄 mg	亜鉛 mg	ﾚﾁﾉｰﾙ活性当量 μgRE	ﾋﾞﾀﾐﾝB1 mg	ﾋﾞﾀﾐﾝB2 mg	ﾋﾞﾀﾐﾝ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	一人分量 g
358	6.0	0.0	6.0	0.9	0.0	0.9	77.7	0	4	22	0.9	1.3	0	0.45	0.04	0	0.4	0.0		[ごはん]			
358	6.0	0.0	6.0	0.9	0.0	0.9	77.7	0	4	22	0.9	1.3	0	0.45	0.04	0	0.4	0.0		ごはん　100ｇ	＊	1.00 個	224.00
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		[牛乳]			
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		牛乳		1.00 本	206.00
157	9.2	3.8	5.4	7.3	4.7	2.6	16.0	478	61	56	1.6	1.0	218	0.10	0.10	13	5.5	1.1		[ツナと大豆の煮付け]			
11	0.2	0.0	0.2	0.1	0.0	0.1	2.8	8	8	3	0.1	0.1	216	0.02	0.02	2	0.8	0.0		にんじん			30.00
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			25.00
13	0.4	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	3.1	5	4	3	0.1	0.1	0	0.02	0.00	10	0.4	0.0		れんこん			20.00
2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.7	3	13	1	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.7	0.0		こんにゃく　１/６０			30.00
41	3.7	0.0	3.7	2.5	0.0	2.5	2.1	0	20	25	0.6	0.5	0	0.04	0.02	0	2.1	0.0		水煮大豆			25.00
56	3.8	3.8	0.0	4.7	4.7	0.0	0.0	74	0	5	0.4	0.1	0	0.01	0.03	0	0.0	0.2		まぐろ油漬			20.00
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
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
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	0.0	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
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
161	5.8	5.5	0.3	10.9	0.9	10.0	10.2	377	8	15	0.6	0.2	3	0.02	0.04	0	0.0	0.9		[ちくわのいそべ揚げ]			
54	5.5	5.5	0.0	0.9	0.9	0.0	6.1	374	7	13	0.5	0.1	1	0.02	0.04	0	0.0	0.9		ちくわ　本		1.00 本	45.00
18	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	4.1	0	0	1	0.0	0.1	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		米粉			5.00
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	3	1	1	0.1	0.0	2	0.00	0.00	0	0.0	0.0		青のり粉			0.10
89	0.0	0.0	0.0	10.0	0.0	10.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		なたね油			10.00
12	0.4	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	3.4	0	7	5	0.1	0.1	0	0.01	0.01	25	0.6	0.0		[いちご]			
12	0.4	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	3.4	0	7	5	0.1	0.1	0	0.01	0.01	25	0.6	0.0		いちご		2.00 個	40.00
826	28.2	16.1	12.1	26.9	13.4	13.5	117.2	939	307	119	3.2	3.4	301	0.66	0.50	40	6.5	2.2		単純合計値			696.10
830	34.2	17.1	17.1	23.1			0.0	984	450	120	4.5	3.0	300	0.50	0.60	35	7.0	2.5		基準値			704.70

2024 年 2 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
ごはん	牛乳	マーボーどうふ	人数	2600											2600	2600.00
しゅうまい	もやしのナムル		単価	0.00											0.00	0.00
			行事等													

ｴﾈﾙｷﾞｰ 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	ﾏｸﾞﾈｼｳﾑ mg	鉄 mg	亜鉛 mg	ﾚﾁﾉｰﾙ活性当量 μgRE	ﾋﾞﾀﾐﾝB1 mg	ﾋﾞﾀﾐﾝB2 mg	ﾋﾞﾀﾐﾝ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	一人分量 g
358	6.0	0.0	6.0	0.9	0.0	0.9	77.7	0	4	22	0.9	1.3	0	0.45	0.04	0	0.4	0.0		[ごはん]			
358	6.0	0.0	6.0	0.9	0.0	0.9	77.7	0	4	22	0.9	1.3	0	0.45	0.04	0	0.4	0.0		ごはん　100ｇ	＊	1.00 個	224.00
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		[牛乳]			
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		牛乳		1.00 本	206.00
174	14.5	7.3	7.2	6.9	5.0	1.9	14.8	678	50	98	7.5	1.3	10	0.42	0.44	8	2.0	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
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
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
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]			
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
25	1.1	0.0	1.1	0.3	0.0	0.3	4.3	133	11	12	0.3	0.2	71	0.03	0.04	7	0.9	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
2	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.3	2	5	7	0.2	0.1	35	0.01	0.02	4	0.3	0.0		ほうれんそう			10.00
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
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
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
832	34.3	14.8	19.5	24.0	15.9	8.1	115.7	1130	308	171	9.2	4.2	164	1.10	0.88	19	4.4	2.7		単純合計値			777.50
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 2 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)　豊川市学校給食センター

献立名			
	赤はん	牛乳	ゆばのすいもの
	とりのから揚げ	赤しそあえ	米粉のいちごクレープ

	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	2600											2600	2600.00
単価	0.00											0.00	0.00
行事等													

ｴﾈﾙｷﾞｰ 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	ﾏｸﾞﾈｼｳﾑ mg	鉄 mg	亜鉛 mg	ﾚﾁﾉｰﾙ活性当量 μgRE	ﾋﾞﾀﾐﾝB1 mg	ﾋﾞﾀﾐﾝB2 mg	ﾋﾞﾀﾐﾝ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	一人分量 g
372	6.9	0.0	6.9	1.1	0.0	1.1	79.5	390	7	31	0.7	1.6	0	0.29	0.02	0	1.6	0.9		［赤はん］			
372	6.9	0.0	6.9	1.1	0.0	1.1	79.5	390	7	31	0.7	1.6	0	0.29	0.02	0	1.6	0.9		赤はん　100ｇ	＊	1.00 個	224.00
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		［牛乳］			
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		牛乳		1.00 本	206.00
73	7.2	2.9	4.3	2.4	0.2	2.2	5.6	453	46	55	1.3	0.6	77	0.08	0.07	4	1.4	1.2		［ゆばのすいもの］			
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
4	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.9	3	3	1	0.0	0.0	72	0.01	0.01	1	0.3	0.0		にんじん			10.00
10	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	2.5	1	5	3	0.1	0.1	0	0.01	0.00	2	0.5	0.0		たまねぎ			30.00
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
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
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
19	1.7	0.0	1.7	1.1	0.0	1.1	0.4	0	9	8	0.4	0.2	0	0.02	0.01	0	0.1	0.0		ゆば			10.00
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
139	14.5	14.0	0.5	7.1	1.1	6.0	5.1	162	2	19	0.2	0.5	5	0.06	0.07	2	0.0	0.4		［とりのから揚げ］			
63	14.0	14.0	0.0	1.1	1.1	0.0	0.1	27	2	17	0.2	0.4	5	0.06	0.07	2	0.0	0.1		とりむね肉　60ｇ		1.00 個	60.00
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
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	0.1	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
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
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
21	0.4	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	4.9	0	0	1	0.0	0.1	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		米粉			6.00
53	0.0	0.0	0.0	6.0	0.0	6.0	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
10	0.7	0.0	0.7	0.1	0.0	0.1	2.5	87	19	7	0.1	0.1	7	0.02	0.01	17	0.9	0.2		［赤しそあえ］			
8	0.5	0.0	0.5	0.1	0.0	0.1	2.1	2	17	6	0.1	0.1	2	0.02	0.01	16	0.7	0.0		キャベツ			40.00
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			5.00
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		赤しそ粉			0.50
92	0.6	0.0	0.6	4.7	0.0	4.7	11.7	13	4	4	1.4	0.1	1	0.00	0.00	36	0.4	0.0		［米粉のいちごクレープ］			
92	0.6	0.0	0.6	4.7	0.0	4.7	11.7	13	4	4	1.4	0.1	1	0.00	0.00	36	0.4	0.0		米粉のいちごクレープ		1.00 個	35.00
824	36.7	23.7	13.0	23.2	9.1	14.1	114.3	1189	305	137	3.7	3.7	170	0.53	0.48	61	4.3	2.9		単純合計値			682.23
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		基準値			704.70