

2024年 3月 6日 水曜日

献立1 昼食

0:通常献立

[予定献立表 (日毎)]

1(中学校) 豊川市学校給食センター

献立名	ごはん																	牛乳																	かきたまスープ																	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		
	愛知のやさいはるまき																	もやしのナムル																	人数	単価	行事等																	2600											2600	2600.00
	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	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]																																														
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																																											
92	7.1	3.9	3.2	4.0	2.7	1.3	6.5	499	51	52	1.0	0.7	129	0.08	0.16	4	1.4	1.3		[かきたまスープ]																																														
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																																											
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																																											
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																																											
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																																											
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	0.2	0	2	1	0.0	0.0	4	0.00	0.00	1	0.1	0.0		はねぎ			3.00																																											
2	0.4	0.4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	14	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		チキンピヨ (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																																											
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																																											
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																																											
135	2.2	1.0	1.2	7.9	1.9	6.0	13.6	208	10	6	0.2	0.1	35	0.03	0.02	6	0.7	0.5		[愛知のやさいはるまき]																																														
82	2.2	1.0	1.2	1.9	1.9	0.0	13.6	208	10	6	0.2	0.1	35	0.03	0.02	6	0.7	0.5		愛知のやさいはるまき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	0.00	0.00	0	0.0	0.0		なたね油			6.00																																											
21	0.9	0.0	0.9	0.3	0.0	0.3	3.6	132	10	5	0.2	0.1	9	0.02	0.02	4	0.6	0.3		[もやしのナムル]																																														
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																																											
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	2	5	1	0.1	0.0	9	0.00	0.00	1	0.1	0.0		チンゲンサイ			5.00																																											
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		にんにく			0.10																																											
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																																											
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	0.0	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		テンメジヤン			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																																											
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																																											
744	23.0	11.7	11.3	20.9	12.4	8.5	111.3	923	302	106	2.3	3.0	253	0.66	0.55	16	3.1	2.3		単純合計			673.93																																											
830	34.2	17.1	17.1	23.1			0.0	984	450	120	4.5	3.0	300	0.50	0.60	35	7.0	2.5		基準			704.70																																											

2024年 3月 11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		マーボーだいこん		パックしょうゆ		1年		2年	3年	4年	5年	6年	特1	特2	特3	職員	他	合計	換算人							
	しゅうまい		ボイルもやし		パックしょうゆ		パックしょうゆ		人数	2600											2600	2600.00							
	単価		0.00						行事等													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	炭水化合物	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							
														mg	mg	mg						mg	mg					mg	mg
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						
160	12.3	7.3	5.0	6.9	4.2	2.7	13.6	750	48	58	1.3	1.2	6	0.35	0.12	12	2.6	1.7		[マーボーだいこん]									
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						
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						
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						
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						
11	0.4	0.0	0.4	0.1	0.0	0.1	2.9	13	17	7	0.1	0.1	0	0.01	0.01	8	1.0	0.0		だいこん			70.00						
32	1.5	0.0	1.5	2.3	2.3	0.0	1.2	8	6	20	0.2	0.2	1	0.03	0.01	0	0.1	0.0		冷凍生揚げ			20.00						
13	1.2	0.0	1.2	0.6	0.0	0.6	0.9	0	8	7	0.3	0.1	2	0.02	0.01	2	0.5	0.0		むきえだ豆			10.00						
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						
5	0.2	0.0	0.2	0.2	0.0	0.2	0.8	58	1	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.1		デンメンジャン			2.00						
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	1.1	2	13	4	0.2	0.1	13	0.02	0.03	5	0.6	0.0		[ボイルもやし]									
6	0.7	0.0	0.7	0.0	0.0	0.0	1.0	1	4	3	0.1	0.1	0	0.02	0.02	3	0.5	0.0		もやし			40.00						
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	1	9	1	0.1	0.0	13	0.00	0.01	2	0.1	0.0		こまつな			5.00						
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						
803	32.3	14.8	17.5	23.7	15.1	8.6	110.7	1299	312	127	3.0	4.1	102	0.98	0.57	21	5.7	2.9		単純合計値			726.10						
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						

[予定献立表 (日毎)]

献立名	白玉うどん ぶりの竜田揚げ			牛乳 コーンサラダ			カレーなんぼん コーンドレッシング			行事等										合計	換算人							
											人数	2600	2年	3年	4年	5年	6年	特1	特2			特3	職員	他	2600	2600.00		
											単価	0.00													0.00	0.00		
エネルギー	たんぱく質	動物性	植物性	脂質	動物性	植物性	炭水化物	ナトリウム	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛	レチノール活性当量	ビタミン	ビタミン	ビタミン	食物繊維総量	食塩相当量	熱加工	食品名	個付	一人分量						
														B1	B2	C						単位	g					
kcal	g	g	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	μgRE	mg	mg	mg	g	g	g			g						
320	7.5	0.0	7.5	1.3	0.0	1.3	66.0	315	15	15	0.5	0.5	0	0.08	0.03	0	2.3	0.8		[白玉うどん]								
320	7.5	0.0	7.5	1.3	0.0	1.3	66.0	315	15	15	0.5	0.5	0	0.08	0.03	0	2.3	0.8		白玉うどん 250g	*	1.00 個	250.00					
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	8.1	6.6	1.5	4.1	2.4	1.7	14.2	485	51	26	1.2	0.5	159	0.09	0.10	13	2.8	1.3		[カレーなんぼん]								
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					
16	3.5	3.5	0.0	0.3	0.3	0.0	0.0	7	1	4	0.0	0.1	1	0.02	0.02	0	0.0	0.0		とりむね肉			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					
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					
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.3	0	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.01	0	0.2	0.0		干しいたけ			0.50					
7	0.4	0.0	0.4	0.1	0.0	0.1	1.6	3	22	5	0.2	0.1	4	0.02	0.02	10	0.7	0.0		はくさい			50.00					
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					
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					
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					
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0	1	0	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0		カレー粉			0.20					
8	0.1	0.1	0.0	0.3	0.3	0.0	1.3	47	2	1	0.1	0.0	1	0.00	0.00	0	0.1	0.1		米粉のカレールウ			2.00					
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					
212	9.3	9.1	0.2	17.5	7.5	10.0	4.6	128	3	13	0.6	0.3	22	0.10	0.16	1	0.0	0.3		[ぶりの竜田揚げ]								
123	9.3	9.1	0.2	7.5	7.5	0.0	4.6	128	3	13	0.6	0.3	22	0.10	0.16	1	0.0	0.3		ぶりの竜田揚げ 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					
14	0.7	0.0	0.7	0.1	0.0	0.1	3.3	1	12	7	0.1	0.1	5	0.02	0.02	9	1.0	0.0		[コーンサラダ]								
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					
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					
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					
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					
829	32.4	22.5	9.9	32.7	17.7	15.0	98.9	1085	308	82	2.4	2.2	266	0.37	0.62	25	6.1	2.8		単純合計値			687.20					
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 3月13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		のっぺい汁		ヨーグルト		行事等										合計		換算人										
	厚焼きたまご	たけのこのピリ辛炒め							人数	2600	2年	3年	4年	5年	6年	特1	特2	特3	職員	他	2600	2600.00									
単価	0.00																		0.00		0.00										
エネルギー	たんぱく質		動物性		植物性		脂質		動物性		植物性		炭水化物		ナトリウム	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛	レチノール活性当量	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維総量	食塩相当量	熱加工	食品名		個付	一人分量	
kcal	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	μgRE	mg	mg	mg	g	g	g	g	g	g	g	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		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		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		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		0.08	0.31	2	0.0	0.2			牛乳		1.00 本	206.00	
54	3.7	2.3	1.4	0.2	0.2	0.0	10.5	395	32	25	0.7	0.4	146	0.06	0.05	8	2.9	1.0		0.06	0.05	8	2.9	1.0			[のっぺい汁]				
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		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		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		0.01	0.01	1	0.6	0.0			にんじん			20.00	
6	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	1.6	8	10	4	0.1	0.1	0	0.01	0.00	5	0.6	0.0		0.01	0.00	5	0.6	0.0			だいこん			40.00	
6	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	1.5	2	5	5	0.1	0.1	0	0.01	0.00	0	0.6	0.0		0.01	0.00	0	0.6	0.0			ごぼう			10.00	
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.3	0	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.01	0	0.2	0.0		0.00	0.01	0	0.2	0.0			干しいたけ			0.50	
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		0.01	0.00	1	0.5	0.0			さといも			20.00	
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		0.01	0.00	1	0.3	0.0			根深ねぎ			10.00	
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		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		0.00	0.00	0	0.0	0.5			うすくちしょうゆ			3.00	
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		0.00	0.00	0	0.0	0.0			みりん			1.00	
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		0.00	0.00	0	0.0	0.0			でんぷん			1.00	
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		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		0.02	0.15	0	0.0	0.5			厚焼きたまご 50g		1.00 個	50.00	
35	2.3	1.3	1.0	1.0	0.4	0.6	4.6	218	16	5	0.2	0.1	38	0.01	0.03	0	0.8	0.6		0.01	0.03	0	0.8	0.6			[たけのこのピリ辛炒め]				
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		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		0.00	0.00	0	0.1	0.0			にんじん			5.00	
6	0.7	0.0	0.7	0.1	0.0	0.1	1.0	1	5	1	0.1	0.1	0	0.00	0.01	0	0.6	0.0		0.00	0.01	0	0.6	0.0			たけのこ			25.00	
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		0.01	0.01	0	0.0	0.2			揚げはん			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		0.00	0.01	0	0.1	0.0			さやいんげん			5.00	
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		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		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	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		0.00	0.00	0	0.0	0.0			酒			0.50	
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	29	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1		0.00	0.00	0	0.0	0.1			和風だし			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		0.00	0.00	0	0.0	0.0			一味唐辛子			0.01	
68	2.3	2.3	0.0	1.1	1.1	0.0	12.1	31	264	7	2.6	0.2	12	0.02	0.10	0	0.2	0.1		0.02	0.10	0	0.2	0.1			[ヨーグルト]				
68	2.3	2.3	0.0	1.1	1.1	0.0	12.1	31	264	7	2.6	0.2	12	0.02	0.10	0	0.2	0.1		0.02	0.10	0	0.2	0.1			ヨーグルト 80g		1.00 個	80.00	
720	25.5	17.1	8.4	15.1	13.6	1.5	117.3	901	562	85	5.1	3.3	329	0.64	0.68	10	4.3	2.4		0.64	0.68	10	4.3	2.4			単純合計値			721.01	
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		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			牛乳			すまし汁			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																				
	とりのから揚げ			ごまあえ			ミニゼリー (洋なし)			人数	2600														2600	2600.00				
	単価			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	レチノール活性当量	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維総量	食塩相当量	熱加工	食品名	個付	一人分量						
kcal	g	g	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	μgRE	mg	mg	mg	g	g	g	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	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	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	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	0.0	0.2		牛乳								
60	6.0	2.9	3.1	1.5	0.2	1.3	6.3	485	43	60	0.9	0.5	40	0.08	0.06	3	1.5	1.3	0.0	0.0		[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	0.0	0.0		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	0.0	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	0.0	0.0		にんじん			5.00					
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	0.0	0.0		たまねぎ			40.00					
3	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.8	0	0	2	0.1	0.1	0	0.02	0.02	0	0.4	0.0	0.0	0.0		えのきたけ			10.00					
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	0.0	0.0		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	0.0	0.0		とうふ			30.00					
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.2	33	4	6	0.0	0.0	3	0.00	0.00	0	0.2	0.1	0.0	0.0		わかめ			0.50					
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	0.0	0.0		うすくちしょうゆ			6.00					
116	12.0	11.7	0.3	6.0	1.0	5.0	4.2	140	2	16	0.2	0.5	5	0.05	0.06	2	0.0	0.4	0.0	0.4		[とりのから揚げ]								
53	11.7	11.7	0.0	1.0	1.0	0.0	0.1	23	2	15	0.2	0.4	5	0.05	0.06	2	0.0	0.1	0.0	0.1		とりむね肉 50g		1.00 個	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	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	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	117	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.3	0.0	0.0		食塩			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	0.0	0.0		こしょう			0.03					
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	0.0	0.0		米粉			5.00					
44	0.0	0.0	0.0	5.0	0.0	5.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	0.0	0.0		なたね油			5.00					
32	1.2	0.0	1.2	1.2	0.0	1.2	5.0	147	50	16	0.4	0.2	50	0.02	0.02	16	1.1	0.4	0.0	0.4		[ごまあえ]								
2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.5	1	1	1	0.0	0.0	36	0.00	0.00	0	0.1	0.0	0.0	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	0.0	0.0		キャベツ			35.00					
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	1	9	1	0.1	0.0	13	0.00	0.01	2	0.1	0.0	0.0	0.0		こまつな			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	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	0.0	0.4		しょうゆ			2.50					
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	0.0	0.0		すりごま			2.00					
17	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	4.6	13	0	0	2.2	0.0	0	0.00	0.00	6	0.1	0.0	0.0	0.0		[ミニゼリー (洋なし)]								
17	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	4.6	13	0	0	2.2	0.0	0	0.00	0.00	6	0.1	0.0	0.0	0.0		ミニゼリー (洋なし)		1.00 個	21.00					
721	32.0	21.4	10.6	17.4	9.0	8.4	107.7	869	326	135	4.6	3.3	175	0.68	0.49	29	3.1	2.3	2.5	2.5		単純合計値			663.83					
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	2.5	2.5		基準			704.70					

2024年 3月 18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		やさいのふくめ煮		行事等																			
	ごぼう入りつくね		赤しそあえ				人数	2年	3年	4年	5年	6年	特1	特2	特3	職員	他	合計	換算人							
							単価												2600	2600.00						
エネルギー	たんぱく質	動物性	植物性	脂質	動物性	植物性	炭水化物	ナトリウム	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維総量	食塩相当量	熱加工	食品名				個付	一人分量		
kcal	g	g	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	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]						
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
118	6.7	2.6	4.1	1.9	0.7	1.2	22.0	657	53	31	0.9	0.8	182	0.09	0.10	18	6.4	1.7		[やさいのふくめ煮]						
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
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	0.4	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	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.3	0	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.01	0	0.2	0.0		干しいたけ						0.50
30	0.8	0.0	0.8	0.1	0.0	0.1	8.7	1	2	10	0.2	0.1	0	0.05	0.02	14	4.5	0.0		じゃがいも(乱)						50.00
27	2.5	2.5	0.0	0.7	0.0	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
15	1.5	0.0	1.5	1.0	0.0	1.0	0.1	13	19	4	0.2	0.2	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0		こうやどうふ(サイコロ)						3.00
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
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
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
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
97	5.6	3.4	2.2	3.8	3.8	0.0	9.6	205	14	17	0.4	0.3	3	0.04	0.03	1	1.1	0.5		[ごぼう入りつくね]						
97	5.6	3.4	2.2	3.8	3.8	0.0	9.6	205	14	17	0.4	0.3	3	0.04	0.03	1	1.1	0.5		ごぼう入りつくね					3.00 個	60.00
8	0.6	0.0	0.6	0.1	0.0	0.1	2.1	87	17	6	0.1	0.1	8	0.01	0.01	13	0.7	0.2		[赤しそあえ]						
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
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
719	25.7	12.8	12.9	14.5	12.3	2.2	121.3	1033	315	97	2.3	3.3	273	0.67	0.49	34	8.6	2.6		単純合計値						690.50
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 3月 19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		はるさめスープ		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	
	酢ぶた		きよみみかん		人数										2600												2600	2600.00	
	単価		0.00		行事等																					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		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							
														B1	B2							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]									
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						
56	2.4	1.2	1.2	0.2	0.1	0.1	11.7	499	12	13	0.3	0.2	5	0.04	0.03	4	1.6	1.3		[はるさめスープ]									
13	0.4	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	3.4	1	7	4	0.1	0.1	0	0.02	0.00	3	0.6	0.0		たまねぎ			40.00						
9	0.3	0.0	0.3	0.1	0.0	0.1	2.0	0	0	2	0.0	0.1	1	0.01	0.01	0	0.5	0.0		コーン			10.00						
2	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.4	0	0	1	0.1	0.0	0	0.01	0.01	0	0.2	0.0		えのきたけ			5.00						
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						
17	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	4.4	1	1	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.2	0.0		はるさめ			5.00						
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.2	0	2	1	0.0	0.0	4	0.00	0.00	1	0.1	0.0		はねぎ			3.00						
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						
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	0.3	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						
136	8.1	6.9	1.2	6.4	1.9	4.5	12.3	314	12	19	0.3	0.8	80	0.30	0.09	12	1.3	0.7		[酢ぶた]									
41	6.5	6.5	0.0	1.8	1.8	0.0	0.1	15	1	8	0.2	0.6	1	0.28	0.07	0	0.0	0.0		ぶたもも肉 (角)			30.00						
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						
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		酒			0.50						
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						
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						
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						
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						
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						
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	0.3	0	0	1	0.0	0.0	2	0.00	0.00	4	0.1	0.0		ピーマン			5.00						
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0	0	0	0.0	0.0	3	0.00	0.00	5	0.0	0.0		赤ピーマン			3.00						
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						
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	0.1	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						
4	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	1.1	48	1	1	0.0	0.0	2	0.00	0.00	0	0.1	0.1		ケチャップ			4.00						
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		米酢			1.20						
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						
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	39	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1		天日塩			0.10						
27	0.5	0.0	0.5	0.1	0.0	0.1	6.2	1	7	7	0.1	0.1	27	0.06	0.01	25	0.4	0.0		[きよみみかん]									
27	0.5	0.0	0.5	0.1	0.0	0.1	6.2	1	7	7	0.1	0.1	27	0.06	0.01	25	0.4	0.0		きよみみかん		0.25 個	60.00						
715	23.8	14.9	8.9	15.4	9.8	5.6	117.8	898	262	82	1.6	3.2	192	0.93	0.48	43	3.7	2.2		単純合計値			674.83						
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						