2024 年 9 月 3 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		
冷やし白玉うどん	牛乳	ぶた肉とやさいの炒め煮
かき揚げ	なし	うどんつゆ

	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	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	一人分量 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		[冷やし白玉うどん]			
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		冷やし白玉うどん　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
106	7.7	5.6	2.1	2.8	1.6	1.2	14.2	477	44	24	0.6	0.8	220	0.25	0.11	19	2.4	1.1		[ぶた肉とやさいの炒め煮]			
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
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
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
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	0.4	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
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
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		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		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
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
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
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
197	1.4	0.0	1.4	16.2	0.0	16.2	11.8	10	11	5	0.1	0.1	58	0.02	0.01	2	0.9	0.1		[かき揚げ]			
108	1.4	0.0	1.4	6.2	0.0	6.2	11.8	10	11	5	0.1	0.1	58	0.02	0.01	2	0.9	0.1		かき揚げ　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	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	4.3	0	1	2	0.0	0.0	0	0.01	0.00	1	0.3	0.0		[なし]			
14	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	4.3	0	1	2	0.0	0.0	0	0.01	0.00	1	0.3	0.0		なし		0.14 個	38.00
10	0.6	0.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	324	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.8		[うどんつゆ]			
10	0.6	0.6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	324	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.8		うどんつゆ　60ml		1.00 個	60.00
785	24.1	13.0	11.1	28.1	9.4	18.7	106.2	1210	298	67	1.2	2.2	358	0.44	0.46	24	5.9	3.0		単純合計値			781.00
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 9 月 4 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			
	ごはん	牛乳	ゆばのすいもの
	にしんの塩焼き	ごまあえ	

	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	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	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
76	7.0	2.3	4.7	2.6	0.2	2.4	6.7	405	52	62	1.3	0.6	113	0.10	0.07	5	1.6	1.1		[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
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	0.4	0	0	1	0.1	0.0	0	0.01	0.01	0	0.2	0.0		えのきたけ			5.00
22	2.0	0.0	2.0	1.3	0.0	1.3	0.5	3	26	39	0.3	0.2	0	0.03	0.01	0	0.1	0.0		とうふ			30.00
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	0.2	0	2	1	0.0	0.0	4	0.00	0.00	1	0.1	0.0		はねぎ			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
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
36	1.3	0.0	1.3	1.2	0.0	1.2	6.1	174	46	17	0.4	0.2	39	0.03	0.02	19	1.3	0.4		[ごまあえ]			
2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.5	1	1	1	0.0	0.0	36	0.00	0.00	0	0.1	0.0		にんじん.			5.00
9	0.6	0.0	0.6	0.1	0.0	0.1	2.3	2	19	6	0.1	0.1	2	0.02	0.01	18	0.8	0.0		キャベツ			45.00
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
10	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.5	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		さとう（三温）			2.50
2	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.2	171	1	2	0.1	0.0	0	0.00	0.01	0	0.0	0.4		しょうゆ			3.00
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
702	29.5	17.5	12.0	19.7	15.2	4.5	100.4	716	433	138	3.1	3.4	241	0.66	0.52	26	3.3	1.8		単純合計値			644.70
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

2024 年 9 月 5 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	みそ汁
ささみ青じそ梅肉フライ	れんこんのおかか炒め	

	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	3100.00
単価	0.00											0.00	0.00
行事等													

ｴﾈﾙｷﾞｰ	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	ﾏｸﾞﾈｼｳﾑ	鉄	亜鉛	ﾚﾁﾉｰﾙ活性当量	ﾋﾞﾀﾐﾝB1	ﾋﾞﾀﾐﾝB2	ﾋﾞﾀﾐﾝ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
86	7.0	2.6	4.4	3.8	0.2	3.6	6.6	498	54	56	1.5	0.7	6	0.07	0.05	6	2.3	1.4		[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
4	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	1.0	5	6	3	0.1	0.1	0	0.01	0.00	3	0.4	0.0		だいこん			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
15	1.3	0.0	1.3	0.8	0.0	0.8	0.3	2	17	26	0.2	0.1	0	0.02	0.01	0	0.1	0.0		とうふ			20.00
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
2	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.5	0	2	2	0.0	0.0	1	0.01	0.01	0	0.2	0.0		なす			10.00
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
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
212	10.4	7.9	2.5	13.4	0.6	12.8	12.2	199	8	19	0.3	0.4	5	0.06	0.00	1	0.7	0.5		[ささみ青じそ梅肉フライ]			
106	10.4	7.9	2.5	1.4	0.6	0.8	12.2	199	8	19	0.3	0.4	5	0.06	0.00	1	0.7	0.5		ささみ青じそ梅肉フライ60		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
34	1.5	0.4	1.1	0.5	0.0	0.5	6.6	201	11	8	0.1	0.1	110	0.04	0.04	8	1.1	0.5		[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
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	2.3	4	3	2	0.1	0.0	0	0.02	0.00	7	0.3	0.0		れんこん			15.00
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
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	0.3	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	143	1	2	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.4		しょうゆ			2.50
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
828	31.7	17.7	14.0	26.4	8.6	17.8	113.0	982	304	126	2.8	3.3	201	0.70	0.44	17	4.5	2.6		単純合計値			660.50
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 9 月 6 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	米粉のチキンカレーライス
ごぼうサラダ	福神漬	マヨネーズドレッシング

	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	3100											3100	3100.00
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
158	7.1	4.4	2.7	4.4	2.7	1.7	24.9	636	42	31	1.1	0.5	156	0.10	0.08	17	5.4	1.5		[米粉のチキンカレーライス]			
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
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		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
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
7	0.6	0.0	0.6	0.3	0.0	0.3	0.4	0	4	4	0.1	0.1	1	0.01	0.01	1	0.2	0.0		むきえだ豆			5.00
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
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
17	0.2	0.2	0.0	0.7	0.7	0.0	2.5	95	4	1	0.1	0.0	3	0.00	0.00	0	0.1	0.2		米粉のカレールウ			4.00
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
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
30	0.9	0.0	0.9	0.1	0.0	0.1	7.5	8	17	19	0.2	0.3	73	0.04	0.03	2	2.5	0.0		[ごぼうサラダ]			
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	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
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
11	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	2.6	156	2	2	0.0	0.0	0	0.00	0.00	1	0.1	0.4		[福神漬]			
11	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	2.6	156	2	2	0.0	0.0	0	0.00	0.00	1	0.1	0.4		福神漬			12.00
16	0.2	0.0	0.2	1.4	0.0	1.4	0.5	55	1	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.1		[マヨネーズドレッシング]			
16	0.2	0.0	0.2	1.4	0.0	1.4	0.5	55	1	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.1		マヨネーズドレッシング			5.00
711	21.3	11.2	10.1	14.6	10.5	4.1	122.2	939	296	97	2.2	3.0	309	0.63	0.47	22	9.5	2.2		単　純　合　計　値			671.03
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 9 月 9 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			
	ごはん	牛乳	肉じゃが
	ミニちくわのいそべ揚げ	キャベツ炒め	

	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	3100.00
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	7.6	5.4	2.2	2.7	1.5	1.2	20.2	464	36	30	0.8	0.9	183	0.33	0.12	19	6.7	1.1		[肉じゃが]			
9	0.0	0.0	0.0	1.0	0.0	1.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		米油			1.00
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		おろししょうが			0.50
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			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	3.8	1	8	4	0.1	0.1	0	0.02	0.00	3	0.7	0.0		たまねぎ			45.00
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			50.00
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		突こんにゃく			30.00
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
158	2.8	2.6	0.2	13.4	4.2	9.2	6.6	199	6	8	0.0	0.0	1	0.01	0.02	0	0.1	0.5		[ミニちくわのいそべ揚げ]			
76	2.8	2.6	0.2	4.2	4.2	0.0	6.6	199	6	8	0.0	0.0	1	0.01	0.02	0	0.1	0.5		ミニちくわのいそべ揚げ		2.00 個	46.00
82	0.0	0.0	0.0	9.2	0.0	9.2	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		なたね油			9.20
15	0.5	0.0	0.5	0.6	0.0	0.6	2.7	101	18	7	0.1	0.1	38	0.02	0.01	16	0.8	0.2		[キャベツ炒め]			
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
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	0.5	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	0.0	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
793	23.7	14.8	8.9	25.4	13.5	11.9	117.1	848	291	88	1.8	3.1	302	0.89	0.50	37	8.0	2.0		単純合計値			725.62
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 9 月 10 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		
ごはん	牛乳	マーボーどうふ
しゅうまい	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	3100											3100	3100.00
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
181	15.5	8.3	7.2	7.2	5.3	1.9	14.7	680	48	99	7.4	1.4	8	0.47	0.44	7	1.9	1.6		[マーボーどうふ]			
9	0.0	0.0	0.0	1.0	0.0	1.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		米油			1.00
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	16	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		トウバンジャン			0.30
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		おろししょうが			0.50
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
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	0.2	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
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
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		[ボイルもやし]			
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
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
825	35.4	15.8	19.6	24.1	16.2	7.9	112.9	1228	301	167	9.0	4.3	91	1.14	0.88	15	4.1	2.8		単純合計値			772.60
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 9 月 11 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			
	ごはん	牛乳	いりどり
	さけの銀紙焼き	きゅうりの塩こんぶあえ	

	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	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	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
110	7.1	4.8	2.3	2.4	1.3	1.1	16.7	476	43	34	0.8	1.0	222	0.09	0.11	12	3.9	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
28	4.8	4.8	0.0	1.3	1.3	0.0	0.0	17	1	6	0.2	0.5	4	0.03	0.05	1	0.0	0.1		とりもも肉			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
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
12	0.4	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	3.1	4	9	11	0.1	0.2	0	0.01	0.01	1	1.1	0.0		ごぼう			20.00
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
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
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　１/３０			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
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	0.1	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
94	9.1	9.1	0.0	3.7	3.7	0.0	6.1	402	960	30	0.4	0.5	2	0.01	0.04	1	0.8	1.0		[さけの銀紙焼き]			
94	9.1	9.1	0.0	3.7	3.7	0.0	6.1	402	960	30	0.4	0.5	2	0.01	0.04	1	0.8	1.0		さけの銀紙焼き　60ｇ		1.00 個	60.00
10	0.8	0.0	0.8	0.0	0.0	0.0	2.2	108	18	9	0.3	0.0	7	0.02	0.02	11	0.8	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	0.2	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
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
710	29.8	20.7	9.1	14.8	12.8	2.0	112.6	1070	1252	116	2.4	3.6	311	0.65	0.52	26	5.9	2.7		単純合計値			701.20
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 9 月 12 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	牛乳	トマトスープ
かぼちゃグラタン	ツナとコーンのソテー	

	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	3100											3100	3100.00
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
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]			
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	*	1.00 個	120.00
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
66	4.8	2.9	1.9	1.4	0.2	1.2	10.1	442	27	19	0.4	0.3	21	0.08	0.06	22	2.0	1.1		[トマトスープ]			
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
11	2.3	2.3	0.0	0.2	0.2	0.0	0.0	5	0	3	0.0	0.1	1	0.01	0.01	0	0.0	0.0		とりむね肉			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		白ぶどう酒			2.00
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
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
2	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.4	0	0	1	0.0	0.0	0	0.01	0.02	0	0.2	0.0		エリンギ			7.00
5	0.2	0.0	0.2	0.1	0.0	0.1	1.1	1	2	3	0.1	0.0	12	0.02	0.01	3	0.4	0.0		冷凍トマト			25.00
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
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
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			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
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	234	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.6		天日塩			0.60
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
120	0.9	0.0	0.9	7.5	0.0	7.5	12.2	81	98	7	0.9	0.2	18	0.02	0.01	2	1.6	0.2		[かぼちゃグラタン]			
120	0.9	0.0	0.9	7.5	0.0	7.5	12.2	81	98	7	0.9	0.2	18	0.02	0.01	2	1.6	0.2		かぼちゃグラタン　40ｇ		1.00 個	40.00
47	4.0	2.7	1.3	1.2	0.1	1.1	5.6	122	6	14	0.4	0.3	3	0.06	0.04	2	1.4	0.3		[ツナとコーンのソテー]			
13	2.7	2.7	0.0	0.1	0.1	0.0	0.2	44	1	4	0.2	0.1	0	0.02	0.01	0	0.0	0.1		まぐろ水煮			15.00
7	0.6	0.0	0.6	0.3	0.0	0.3	0.4	0	4	4	0.1	0.1	1	0.01	0.01	1	0.2	0.0		むきえだ豆			5.00
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
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	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
723	27.6	14.7	12.9	24.1	8.1	16.0	97.6	1199	442	93	2.4	2.7	122	0.40	0.58	28	6.7	3.0		単　純　合　計　値			549.36
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 9 月 13 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			
	ごはん うさぎ型ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞの青じそｿｰｽかけ	牛乳 やさい炒め	さといものみそ汁 月見ゼリー

	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	3100											3100	3100.00
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
66	5.2	2.6	2.6	1.1	0.2	0.9	10.4	530	36	29	1.2	0.6	113	0.06	0.06	9	2.6	1.5		[さといものみそ汁]			
12	2.6	2.6	0.0	0.2	0.2	0.0	0.0	17	2	3	0.3	0.1	1	0.01	0.02	0	0.0	0.2		厚削節			3.50
5	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	1.4	4	4	2	0.0	0.0	108	0.01	0.01	1	0.4	0.0		にんじん			15.00
4	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	1.0	5	6	3	0.1	0.1	0	0.01	0.00	3	0.4	0.0		だいこん			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
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	0.1	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
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
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
127	7.2	4.9	2.3	6.3	6.3	0.0	10.0	232	190	21	8.1	0.5	11	0.08	0.06	1	1.9	0.5		[うさぎ型ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞの青じそｿｰｽかけ]			
117	7.0	4.9	2.1	6.3	6.3	0.0	8.3	126	190	20	8.1	0.5	10	0.08	0.06	1	1.9	0.3		うさぎ型ハンバーグ　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	1	0.00	0.00	0	0.0	0.0		青じそ			0.10
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	0.0	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
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	0.1	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	0.2	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		でんぷん			0.30
18	0.6	0.0	0.6	0.7	0.0	0.7	3.3	102	22	8	0.2	0.1	11	0.03	0.01	17	1.0	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
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	0.1	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
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
52	0.1	0.0	0.1	0.6	0.0	0.6	13.1	13	52	1	1.3	0.0	1	0.00	0.00	37	1.5	0.1		[月見ゼリー]			
52	0.1	0.0	0.1	0.6	0.0	0.6	13.1	13	52	1	1.3	0.0	1	0.00	0.00	37	1.5	0.1		月見ゼリー		1.00 個	50.00
759	25.9	14.3	11.6	17.4	14.3	3.1	124.4	961	531	102	11.7	3.3	216	0.70	0.48	66	7.4	2.5		単純合計値			709.32
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 9 月 17 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	麦ごはん	牛乳	とうがんのカレースープ
	さといもコロッケ	やさいサラダ	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	3100											3100	3100.00
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
83	4.1	3.1	1.0	1.6	1.6	0.0	13.3	498	33	18	0.8	0.2	154	0.04	0.02	20	2.1	1.2		[とうがんのカレースープ]			
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
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
13	2.7	2.7	0.0	0.1	0.1	0.0	0.2	44	1	4	0.2	0.1	0	0.02	0.01	0	0.0	0.1		まぐろ水煮			15.00
6	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	1.5	0	8	3	0.1	0.0	0	0.00	0.00	16	0.5	0.0		とうがん			40.00
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.2	0	2	1	0.0	0.0	4	0.00	0.00	1	0.1	0.0		はねぎ			3.00
3	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.6	98	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		和風だし			1.00
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
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
17	0.2	0.2	0.0	0.7	0.7	0.0	2.5	95	4	1	0.1	0.0	3	0.00	0.00	0	0.1	0.2		米粉のカレールウ			4.00
21	0.2	0.2	0.0	0.8	0.8	0.0	3.1	140	5	2	0.2	0.0	3	0.00	0.00	0	0.2	0.4		米粉のカレールウ（甘口）			5.00
201	3.9	2.0	1.9	13.4	0.4	13.0	16.5	116	8	11	0.3	0.2	2	0.04	0.02	1	1.0	0.3		[さといもコロッケ]			
95	3.9	2.0	1.9	1.4	0.4	1.0	16.5	116	8	11	0.3	0.2	2	0.04	0.02	1	1.0	0.3		さといもコロッケ　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
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		[やさいサラダ]			
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
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
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
813	21.6	11.9	9.7	25.8	9.8	16.0	120.3	772	291	80	2.1	2.7	240	0.59	0.41	36	5.3	1.9		単純合計値			677.20
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 9 月 18 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		
ごはん	牛乳	五目きんぴら
いわしのうめ煮	青菜あえ	

	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	3100											3100	3100.00
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
100	5.0	3.1	1.9	2.0	0.9	1.1	17.2	534	60	33	0.8	0.6	221	0.06	0.09	4	4.0	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
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
20	0.6	0.0	0.6	0.0	0.0	0.0	5.4	6	16	19	0.2	0.3	0	0.02	0.01	1	2.0	0.0		ごぼう（せん）			35.00
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	0.6	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
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
3	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.6	0	6	2	0.1	0.0	5	0.01	0.01	1	0.3	0.0		さやいんげん			10.00
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
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
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
111	7.6	7.6	0.0	6.8	2.5	4.3	5.0	225	95	14	0.9	0.4	8	0.00	0.12	0	0.3	0.6		[いわしのうめ煮]			
111	7.6	7.6	0.0	6.8	2.5	4.3	5.0	225	95	14	0.9	0.4	8	0.00	0.12	0	0.3	0.6		いわしのうめ煮　50ｇ		1.00 個	50.00
9	0.5	0.0	0.5	0.1	0.0	0.1	2.3	138	18	6	0.1	0.1	6	0.01	0.01	13	0.7	0.3		[青菜あえ]			
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
2	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
716	25.9	17.5	8.4	17.6	11.2	6.4	112.1	981	404	96	2.7	3.2	315	0.60	0.57	19	5.4	2.4		単純合計値			672.30
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 9 月 19 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	白みそ汁
とり肉の風味揚げ	糸切りこんぶの煮付け	

	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	3100											3100	3100.00
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
102	7.4	2.6	4.8	3.6	0.2	3.4	11.9	608	49	60	1.5	0.7	7	0.09	0.07	12	4.6	1.7		[白みそ汁]			
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
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
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		じゃがいも			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
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	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
22	1.5	0.0	1.5	0.7	0.0	0.7	2.6	588	12	9	0.5	0.1	0	0.00	0.01	0	0.6	1.5		白みそ			12.00
122	12.0	11.7	0.3	6.5	1.0	5.5	4.4	218	2	16	0.2	0.5	5	0.05	0.06	2	0.0	0.6		[とり肉の風味揚げ]			
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		とりむね肉　50ｇ		1.00 個	50.00
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		にんにく			0.50
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	0.0	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	195	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.5		食塩			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
49	0.0	0.0	0.0	5.5	0.0	5.5	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		なたね油			5.50
28	1.7	1.3	0.4	0.4	0.4	0.0	5.0	263	25	14	0.2	0.0	75	0.03	0.03	2	0.9	0.6		[糸切りこんぶの煮付け]			
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
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		揚げはん			10.00
3	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	1.3	52	16	11	0.1	0.0	3	0.01	0.01	1	0.6	0.1		糸切りこんぶ			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		酒			1.00
4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		さとう（三温）			1.00
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
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
748	33.9	22.4	11.5	19.2	9.4	9.8	108.9	1173	307	133	2.8	3.3	167	0.70	0.51	18	5.9	3.1		単純合計値			634.50
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 9 月 20 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		
ごはん	牛乳	うずらたまごスープ
ぶたキムチ丼	冷凍みかん	

	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	3100											3100	3100.00
単　価	15.67											15.67	15.67
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	5.3	4.0	1.3	4.1	3.6	0.5	8.9	576	30	16	0.4	0.7	199	0.05	0.13	7	1.8	1.4		[うずらたまごスープ]			
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
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
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	0.4	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
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
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
1	0.3	0.3	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		チキンブイヨン（中華）			4.00
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	0.1	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
86	9.9	8.6	1.3	3.4	2.4	1.0	4.9	592	52	24	1.0	0.9	136	0.42	0.12	9	1.5	1.4		[ぶたキムチ丼]			
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
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.3	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0		にんにく			1.00
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
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
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
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
5	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	1.1	313	6	2	0.1	0.0	1	0.01	0.00	3	0.3	0.8		キムチ			15.00
6	0.2	0.0	0.2	0.5	0.0	0.5	0.2	0	12	4	0.1	0.1	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0		いりごま			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
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
32	4.9	0.0	4.9	0.1	0.0	0.1	8.1	1	11	7	0.1	0.1	64	0.00	0.06	23	0.3	0.0		[冷凍みかん]			
32	4.9	0.0	4.9	0.1	0.0	0.1	8.1	1	11	7	0.1	0.1	64	0.00	0.06	23	0.3	0.0		冷凍みかん		1.00 個	70.00
707	32.9	19.4	13.5	16.3	13.8	2.5	109.5	1253	324	90	2.4	3.8	479	1.00	0.66	41	4.0	3.0		単純合計値			704.55
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 9 月 24 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
ごはん　牛乳　はるさめスープ
ぎょうざ　中華サラダ　塩中華ドレッシング

	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	3100											3100	3100.00
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
50	1.9	0.8	1.1	0.1	0.1	0.0	11.1	465	18	12	0.2	0.1	148	0.03	0.03	5	1.8	1.2		[はるさめスープ]			
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
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
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	0.1	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
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
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
154	4.0	3.1	0.9	8.6	1.0	7.6	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
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
9	0.8	0.0	0.8	0.0	0.0	0.0	1.6	3	14	5	0.2	0.1	49	0.02	0.03	5	0.7	0.0		[中華サラダ]			
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
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
11	0.0	0.0	0.0	0.4	0.0	0.4	1.8	97	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		[塩中華ドレッシング]			
11	0.0	0.0	0.0	0.4	0.0	0.4	1.8	97	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		塩中華ドレッシング			5.00
720	19.5	10.7	8.8	17.8	8.9	8.9	116.6	887	274	70	1.6	2.7	280	0.67	0.45	18	3.7	2.2		単純合計値			630.52
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 9 月 25 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		
クロワッサン	牛乳	米粉のコーンクリームｽｰﾌﾟ
とり肉のトマトソースかけ	フルーツカクテル	

	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
302	5.2	0.9	4.3	17.2	0.0	17.2	29.6	314	29	15	0.4	0.6	5	0.11	0.09	0	1.1	0.8		[クロワッサン]			
302	5.2	0.9	4.3	17.2	0.0	17.2	29.6	314	29	15	0.4	0.6	5	0.11	0.09	0	1.1	0.8		クロワッサン　35ｇ	＊	1.00 個	66.00
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
129	3.6	0.2	3.4	3.7	0.0	3.7	22.4	425	27	25	0.6	0.4	77	0.10	0.08	13	4.2	1.1		[米粉のコーンクリームｽｰﾌﾟ]			
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
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
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
12	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	3.5	0	1	4	0.1	0.0	0	0.02	0.01	6	1.8	0.0		じゃがいも			20.00
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
21	0.4	0.0	0.4	0.1	0.0	0.1	4.7	65	1	5	0.1	0.1	1	0.01	0.01	1	0.5	0.2		クリームコーン			25.00
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
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
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		ローリエ			0.02
37	0.3	0.0	0.3	1.8	0.0	1.8	4.9	164	10	0	0.1	0.0	0	0.01	0.03	0	0.0	0.4		米粉のホワイトルウ			8.00
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
72	9.7	9.5	0.2	2.5	2.5	0.0	3.4	256	6	14	0.3	0.9	15	0.07	0.10	3	0.2	0.7		[とり肉のトマトソースかけ]			
57	9.5	9.5	0.0	2.5	2.5	0.0	0.0	35	3	12	0.3	0.9	8	0.06	0.10	2	0.0	0.1		とりもも肉　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		酒			0.50
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		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		こしょう			0.02
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
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		しょうゆ			0.20
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	33	1	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1		ソース			1.00
5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.3	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		さとう（三温）			1.30
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	0.0	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			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		バジル			0.01
59	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	15.2	11	2	2	1.5	0.0	0	0.01	0.00	57	0.4	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		パインレトルト			20.00
27	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	7.1	11	0	0	1.4	0.0	0	0.00	0.00	36	0.2	0.0		ぶどうゼリー			30.00
700	25.5	17.4	8.1	31.2	10.3	20.9	80.5	1090	291	77	2.8	2.7	177	0.37	0.58	75	5.9	2.8		単純合計値			558.17
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 9 月 26 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	細切りやさいの炒め煮
もち麦入りはんぺん	ひじきと大豆の煮付け	

	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	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]			
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
110	6.9	4.3	2.6	2.6	1.2	1.4	16.8	509	52	38	1.0	1.0	183	0.25	0.10	10	4.7	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
28	4.3	4.3	0.0	1.2	1.2	0.0	0.0	10	1	5	0.1	0.4	1	0.19	0.04	0	0.0	0.0		ぶたもも肉（せん）			20.00
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
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
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
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	0	1	1	0.0	0.0	2	0.00	0.00	4	0.1	0.0		ピーマン			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
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		突こんにゃく			30.00
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
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	0.4	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
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
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
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
75	4.6	4.2	0.4	1.2	1.2	0.0	11.7	407	5	12	0.2	0.1	1	0.02	0.02	0	0.4	1.0		[もち麦入りはんぺん]			
75	4.6	4.2	0.4	1.2	1.2	0.0	11.7	407	5	12	0.2	0.1	1	0.02	0.02	0	0.4	1.0		もち麦入りはんぺん		3.00 個	54.00
69	3.4	0.0	3.4	3.6	0.0	3.6	6.8	250	34	34	0.7	0.4	41	0.05	0.03	5	2.7	0.6		[ひじきと大豆の煮付け]			
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
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	0.2	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
3	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.9	27	15	10	0.1	0.0	5	0.00	0.01	0	0.8	0.1		ひじき			1.50
24	2.2	0.0	2.2	1.5	0.0	1.5	1.3	0	12	15	0.3	0.3	0	0.03	0.01	0	1.3	0.0		水煮大豆			15.00
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	49	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1		和風だし			0.50
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
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	171	1	2	0.1	0.0	0	0.00	0.01	0	0.0	0.4		しょうゆ			3.00
750	27.7	15.3	12.4	16.1	10.2	5.9	122.9	1250	322	127	2.8	3.6	305	0.85	0.50	17	8.2	3.0		単純合計値			713.30
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 9 月 27 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		
ごはん	牛乳	じゃがいものたまごとじ
レバー入りつくね	切り干しだいこんのサラダ	ごまドレッシング
かんそう小魚		

	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	3100											3100	3100.00
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
176	8.7	6.0	2.7	7.9	7.3	0.6	19.5	581	41	33	1.8	1.3	281	0.21	0.23	21	6.3	1.4		[じゃがいものたまごとじ]			
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	0.1	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
50	2.3	2.3	0.0	4.2	4.2	0.0	0.2	89	1	3	0.6	0.4	1	0.09	0.03	0	0.0	0.2		カットウインナー			15.00
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			50.00
7	0.6	0.0	0.6	0.3	0.0	0.3	0.4	0	4	4	0.1	0.1	1	0.01	0.01	1	0.2	0.0		むきえだ豆			5.00
45	3.7	3.7	0.0	3.1	3.1	0.0	0.1	42	15	3	0.5	0.4	63	0.02	0.13	0	0.0	0.1		液卵			30.00
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	0.5	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
113	5.9	5.6	0.3	5.9	1.3	4.6	8.3	232	4	9	0.5	0.3	431	0.04	0.08	2	0.7	0.6		[レバー入りつくね]			
113	5.9	5.6	0.3	5.9	1.3	4.6	8.3	232	4	9	0.5	0.3	431	0.04	0.08	2	0.7	0.6		レバー入りつくね		3.00 個	60.00
19	0.7	0.0	0.7	0.1	0.0	0.1	4.3	5	18	9	0.2	0.2	7	0.03	0.03	4	1.2	0.0		[切り干しだいこんのサラダ]			
7	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	1.7	5	13	4	0.1	0.1	0	0.01	0.01	1	0.5	0.0		切り干しだいこん			2.50
9	0.3	0.0	0.3	0.1	0.0	0.1	2.0	0	0	2	0.0	0.1	1	0.01	0.01	0	0.5	0.0		コーン			10.00
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
29	4.2	4.2	0.0	0.4	0.4	0.0	2.2	123	103	14	1.0	0.6	0	0.01	0.01	0	0.0	0.3		[かんそう小魚]			
29	4.2	4.2	0.0	0.4	0.4	0.0	2.2	123	103	14	1.0	0.6	0	0.01	0.01	0	0.0	0.3		かんそう小魚　８ｇ		1.00 個	8.00
839	32.4	22.6	9.8	23.1	16.8	6.3	123.2	1105	399	109	4.4	4.5	799	0.82	0.70	29	8.6	2.7		単純合計値			724.50
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 9 月 30 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		
わかめごはん	牛乳	ふ玉汁
あじフライ	ボイルキャベツ	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	3100											3100	3100.00
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
363	6.2	0.0	6.2	0.9	0.0	0.9	78.8	617	14	25	0.9	1.4	2	0.44	0.05	0	0.9	1.6		[わかめごはん]			
363	6.2	0.0	6.2	0.9	0.0	0.9	78.8	617	14	25	0.9	1.4	2	0.44	0.05	0	0.9	1.6		わかめごはん　100ｇ	*	1.00 個	231.00
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
63	5.9	2.3	3.6	1.6	0.2	1.4	6.9	404	43	54	1.0	0.4	77	0.08	0.06	5	1.5	1.1		[ふ玉汁]			
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
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
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
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
7	0.6	0.0	0.6	0.1	0.0	0.1	1.1	0	1	1	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0		白玉ふ			2.00
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
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
176	8.5	8.5	0.0	12.2	2.2	10.0	7.6	237	28	16	0.4	0.5	3	0.06	0.05	0	0.4	0.6		[あじフライ]			
87	8.5	8.5	0.0	2.2	2.2	0.0	7.6	237	28	16	0.4	0.5	3	0.06	0.05	0	0.4	0.6		あじフライ　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
753	27.9	17.6	10.3	22.6	10.2	12.4	106.5	1436	331	123	2.5	3.2	164	0.68	0.48	23	3.5	3.7		単純合計値			640.20
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