

2026年 5月 1日 金曜日

献立1

昼食

0:通常献立

[予定献立表 (日毎)]

2(小学校)

豊川市学校給食センター

献立名	わかめごはん ごぼう入りつくね												牛乳 赤しそあえ												すまし汁 かしわもち												行事等												子どもの日献立												食品名												一人分量		合計	換算人																																																																																						
	人数												単価												1年												2年												3年												4年												5年												6年												特1												特2												特3												職員												他												単位		g			
	1272												0.00												0.00												0.00												0.00												0.00												0.00												0.00												0.00												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													個付																																																																																																																																		
kcal	g	g	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	μgRE	mg	mg	mg	g	g	g														単位	g																																																																																																																																
254	4.4	0.0	4.4	0.6	0.0	0.6	55.2	433	10	18	1.1	1.0	2	0.31	0.03	0	0.6	1.1	0	[わかめごはん]																																																																																																																																														
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	0	わかめごはん 60g												*	1.00個	0.00																																																																																																																																
254	4.4	0.0	4.4	0.6	0.0	0.6	55.2	433	10	18	1.1	1.0	2	0.31	0.03	0	0.6	1.1	0	わかめごはん 70g												*	1.00個	162.00																																																																																																																																
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	わかめごはん 80g												*	1.00個	0.00																																																																																																																																
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2	0	[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	牛乳												1.00本	206.00																																																																																																																																	
47	4.7	2.4	2.3	1.2	0.2	1.0	4.9	372	34	42	0.6	0.2	93	0.06	0.05	4	1.2	1.0	0	[すまし汁]																																																																																																																																														
8	1.9	1.9	0.0	0.2	0.2	0.0	0.0	12	1	2	0.2	0.1	1	0.01	0.01	0	0.0	0.1	0	厚削節														2.46																																																																																																																																
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	4	1	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0	0	だし用こんぶ														0.16																																																																																																																																
4	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	1.1	3	3	1	0.0	0.0	89	0.01	0.01	1	0.3	0.0	0	にんじん														12.30																																																																																																																																
8	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	2.1	0	4	2	0.1	0.0	0	0.01	0.00	2	0.4	0.0	0	たまねぎ														24.60																																																																																																																																
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.3	0	0	1	0.0	0.0	0	0.01	0.01	0	0.2	0.0	0	えのきたけ														4.10																																																																																																																																
18	1.6	0.0	1.6	1.0	0.0	1.0	0.4	2	21	32	0.2	0.1	0	0.02	0.01	0	0.1	0.0	0	とうふ														24.60																																																																																																																																
4	0.5	0.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.4	41	1	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1	0	かまぼこ														4.10																																																																																																																																
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0	2	0	0.0	0.0	3	0.00	0.00	1	0.1	0.0	0	はねぎ														2.46																																																																																																																																
3	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.3	310	1	2	0.1	0.0	0	0.00	0.01	0	0.0	0.8	0	うすくちしょうゆ														4.92																																																																																																																																
64	3.7	2.3	1.4	2.6	2.6	0.0	6.4	137	10	12	0.3	0.2	2	0.02	0.02	1	0.7	0.4	0	[ごぼう入りつくね]																																																																																																																																														
64	3.7	2.3	1.4	2.6	2.6	0.0	6.4	137	10	12	0.3	0.2	2	0.02	0.02	1	0.7	0.4	0	ごぼう入りつくね												2.00個	40.00																																																																																																																																	
8	0.4	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	1.9	71	15	5	0.1	0.0	7	0.01	0.01	12	0.6	0.2	0	[赤しそあえ]																																																																																																																																														
5	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	1.3	1	11	3	0.1	0.0	1	0.01	0.01	10	0.4	0.0	0	キャベツ														24.60																																																																																																																																
2	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.4	0	3	2	0.0	0.0	3	0.00	0.00	2	0.1	0.0	0	きゅうり														12.30																																																																																																																																
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	70	1	0	0.0	0.0	3	0.00	0.00	0	0.1	0.2	0	赤しそ粉														0.41																																																																																																																																
61	1.2	0.0	1.2	0.1	0.0	0.1	14.0	17	5	4	0.3	0.2	0	0.01	0.01	0	0.5	0.0	0	[かしわもち]																																																																																																																																														
61	1.2	0.0	1.2	0.1	0.0	0.1	14.0	17	5	4	0.3	0.2	0	0.01	0.01	0	0.5	0.0	0	かしわもち												1.00個	30.00																																																																																																																																	
572	21.2	11.5	9.7	12.3	10.6	1.7	92.3	1114	301	102	2.4	2.4	184	0.49	0.43	19	3.6	2.9	0	単純合計												値		555.01																																																																																																																																
650	26.8	13.4	13.4	18.1			0.0	787	350	50	3.0	2.0	200	0.40	0.40	25	4.5	2.0	0	基準												値		573.96																																																																																																																																

2026年 5月 8日 金曜日

献立1

昼食

0:通常献立

[予定献立表 (日毎)]

2(小学校)

豊川市学校給食センター

献立名	ごはん		牛乳		春だいきのみぞれ汁		マヨネーズドレッシング		行事等										合計		換算人		
	メンチカツ		ポテトサラダ						人数	1年	2年	3年	4年	5年	6年	特1	特2	特3	職員	他	4695	4695.00	
									単価	0.00		0.00			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	mg	mg	mg	mg	mg	μgRE	mg	mg	mg	g	g	g		単位	g	
251	4.2	0.0	4.2	0.6	0.0	0.6	54.5	0	3	16	1.1	0.9	0	0.31	0.03	0	0.3	0.0		[ごはん]			
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		ごはん 60g	*	1.00 個	0.00
251	4.2	0.0	4.2	0.6	0.0	0.6	54.5	0	3	16	1.1	0.9	0	0.31	0.03	0	0.3	0.0		ごはん 70g	*		157.00
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		ごはん 80g	*		0.00
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		[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
45	5.6	4.7	0.9	0.4	0.4	0.0	5.3	351	26	15	0.6	0.3	108	0.05	0.06	8	1.2	0.9		[春だいきのみぞれ汁]			
8	1.9	1.9	0.0	0.2	0.2	0.0	0.0	12	1	2	0.2	0.1	1	0.01	0.01	0	0.0	0.1		厚削節			2.46
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	4	1	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0		だし用こんぶ			0.16
10	2.3	2.3	0.0	0.2	0.2	0.0	0.0	4	0	3	0.0	0.1	1	0.01	0.01	0	0.0	0.0		とりむね肉			9.84
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			0.82
4	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	1.1	3	3	1	0.0	0.0	89	0.01	0.01	1	0.3	0.0		にんじん			12.30
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	0.01	0	0.2	0.0		干しいたけ			0.41
4	0.5	0.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.4	41	1	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1		かまぼこ			4.10
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.2	1	11	1	0.2	0.0	17	0.01	0.01	3	0.1	0.0		こまつな			6.56
5	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	1.3	6	8	3	0.1	0.1	0	0.01	0.00	4	0.5	0.0		だいこん			32.80
3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.7	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		でんぷん			0.82
4	0.4	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	0.4	280	1	3	0.1	0.0	0	0.00	0.01	0	0.0	0.7		しょうゆ			4.92
4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.8	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		みりん			1.64
141	3.4	3.4	0.0	12.4	2.6	9.8	9.2	112	60	38	7.5	0.4	1	0.07	0.03	0	0.8	0.3		[メンチカツ]			
54	3.4	3.4	0.0	2.6	2.6	0.0	9.2	112	60	38	7.5	0.4	1	0.07	0.03	0	0.8	0.3		メンチカツFeCa 40g		1.00 個	40.00
87	0.0	0.0	0.0	9.8	0.0	9.8	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		なたね油			9.84
26	1.1	0.0	1.1	0.4	0.0	0.4	6.2	62	4	9	0.2	0.2	1	0.04	0.02	9	3.0	0.2		[ポテトサラダ]			
17	0.5	0.0	0.5	0.0	0.0	0.0	5.0	0	1	5	0.1	0.1	0	0.03	0.01	8	2.6	0.0		じゃがいも			28.70
5	0.5	0.0	0.5	0.3	0.0	0.3	0.4	0	3	3	0.1	0.1	1	0.01	0.01	1	0.2	0.0		むきえだ豆			4.10
4	0.1	0.0	0.1	0.1	0.0	0.1	0.8	0	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.2	0.0		コーン			4.10
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	62	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		食塩			0.16
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			0.01
13	0.1	0.0	0.1	1.2	0.0	1.2	0.4	45	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1		[マヨネーズドレッシング]			
13	0.1	0.0	0.1	1.2	0.0	1.2	0.4	45	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1		マヨネーズドレッシング			4.10
614	21.2	14.9	6.3	22.8	10.8	12.0	85.5	654	320	99	9.4	2.6	190	0.55	0.45	19	5.3	1.7		単純合計			530.84
650	26.8	13.4	13.4	18.1			0.0	787	350	50	3.0	2.0	200	0.40	0.40	25	4.5	2.0		基準値			573.96

2026年 5月15日 金曜日

献立1

昼食

0:通常献立

[予定献立表 (日毎)]

2(小学校)

豊川市学校給食センター

献立名	麦ごはん		牛乳		じゃがいもだんご汁		ふた肉井		ミニトマト		行事等										合計		換算人	
	人数	単価	1年	2年	3年	4年	5年	6年	特1	特2	特3	職員	他	0.00	0.00	4652	4652.00							
	1272	0.00			1348				2032							0.00	0.00							
エネルギー	たんぱく質	動物性	植物性	脂質	動物性	植物性	炭水化物	ナトリウム	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛	レチノール活性当量	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維総量	食塩相当量	熱加工	食品名	個付	一人分量		
kcal	g	g	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	μgRE	mg	mg	mg	g	g	g		単位	g		
251	4.3	0.0	4.3	0.6	0.0	0.6	53.9	0	5	16	1.1	1.0	0	0.29	0.03	0	1.0	0.0		[麦ごはん]				
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		麦ごはん 60g	*	1.00	0.00	
251	4.3	0.0	4.3	0.6	0.0	0.6	53.9	0	5	16	1.1	1.0	0	0.29	0.03	0	1.0	0.0		麦ごはん 70g	*		160.00	
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		麦ごはん 80g	*		0.00	
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		[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	
111	4.3	2.9	1.4	5.2	3.8	1.4	12.6	465	19	15	0.5	0.1	90	0.04	0.04	6	1.5	1.2		[じゃがいもだんご汁]				
8	1.9	1.9	0.0	0.2	0.2	0.0	0.0	12	1	2	0.2	0.1	1	0.01	0.01	0	0.0	0.1		厚削節			2.46	
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	4	1	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0		だし用こんぶ			0.16	
4	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	1.1	3	3	1	0.0	0.0	89	0.01	0.01	1	0.3	0.0		にんじん			12.30	
4	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	1.0	5	6	2	0.0	0.0	0	0.00	0.00	3	0.3	0.0		だいこん			24.60	
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	0.01	0	0.2	0.0		干しいたけ			0.41	
15	0.5	0.0	0.5	1.3	0.0	1.3	0.4	0	3	3	0.1	0.0	0	0.01	0.00	0	0.3	0.0		冷凍油揚げ			4.10	
8	1.0	1.0	0.0	0.1	0.0	0.1	0.8	82	2	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		かまぼこ			8.20	
68	0.3	0.0	0.3	3.6	3.6	0.0	8.6	49	2	3	0.1	0.0	0	0.01	0.00	2	0.3	0.1		じゃがいもだんご			24.60	
3	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.3	310	1	2	0.1	0.0	0	0.00	0.01	0	0.0	0.8		うすくちしょうゆ			4.92	
73	7.6	7.1	0.5	2.4	2.0	0.4	5.6	252	17	13	0.5	0.7	4	0.32	0.08	3	1.0	0.6		[ぶた肉井]				
4	0.0	0.0	0.0	0.4	0.0	0.4	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		米油			0.41	
45	7.1	7.1	0.0	2.0	2.0	0.0	0.1	16	1	8	0.2	0.7	1	0.31	0.07	0	0.0	0.0		ぶたもも肉			32.80	
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			1.64	
8	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	2.1	0	4	2	0.1	0.0	0	0.01	0.00	2	0.4	0.0		たまねぎ			24.60	
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	0.5	0.0		突こんにやく			20.50	
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0	2	0	0.0	0.0	3	0.00	0.00	1	0.1	0.0		はねぎ			2.46	
6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.6	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		きとう (三温)			1.64	
3	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.3	234	1	3	0.1	0.0	0	0.00	0.01	0	0.0	0.6		しょうゆ			4.10	
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		みりん			0.82	
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		でんぷん			0.41	
7	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	1.7	1	3	3	0.1	0.0	19	0.02	0.01	8	0.3	0.0		[ミニトマト]				
7	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	1.7	1	3	3	0.1	0.0	19	0.02	0.01	8	0.3	0.0		ミニトマト	2.00	個	24.00	
580	23.3	16.8	6.5	16.0	13.6	2.4	83.7	802	271	68	2.2	2.6	193	0.75	0.47	19	3.8	2.0		単純合計			561.13	
650	26.8	13.4	13.4	18.1			0.0	787	350	50	3.0	2.0	200	0.40	0.40	25	4.5	2.0		基準値			573.96	

献立名	白玉うどん	牛乳	山菜うどん	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
	いかの天ぷら	きゅうりあえ		人数	1272		1348		2075						4695	4695.00
				単価	0.00		0.00		0.00						0.00	0.00

エネルギー	たんぱく質	動物性	植物性	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	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												
256	6.0	0.0	6.0	1.0	0.0	1.0	52.8	252	12	12	0.4	0.4	0	0.06	0.02	0	1.8	0.6								
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								
256	6.0	0.0	6.0	1.0	0.0	1.0	52.8	252	12	12	0.4	0.4	0	0.06	0.02	0	1.8	0.6								
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								
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2								
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2								
71	7.6	5.7	1.9	1.9	0.5	1.4	6.6	420	28	22	0.6	0.4	65	0.05	0.05	3	1.4	1.1								
8	1.9	1.9	0.0	0.2	0.2	0.0	0.0	12	1	2	0.2	0.1	1	0.01	0.01	0	0.0	0.1								
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	4	1	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0								
17	3.8	3.8	0.0	0.3	0.3	0.0	0.0	7	1	5	0.0	0.1	1	0.02	0.02	0	0.0	0.0								
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0								
3	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.8	2	2	1	0.0	0.0	59	0.01	0.00	0	0.2	0.0								
11	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	2.8	1	6	3	0.1	0.1	0	0.01	0.00	2	0.5	0.0								
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	0.01	0	0.2	0.0								
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.3	0	1	1	0.0	0.0	1	0.00	0.00	0	0.2	0.0								
16	0.8	0.0	0.8	1.4	0.0	1.4	0.1	0	12	5	0.2	0.1	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0								
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0	2	0	0.0	0.0	3	0.00	0.00	1	0.1	0.0								
3	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.3	187	1	2	0.1	0.0	0	0.00	0.01	0	0.0	0.5								
2	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.2	207	1	2	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.5								
4	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.8	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0								
3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.7	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0								
156	4.8	4.8	0.0	11.7	3.5	8.2	7.6	231	14	12	0.1	0.3	1	0.01	0.01	0	0.2	0.6								
83	4.8	4.8	0.0	3.5	3.5	0.0	7.6	231	14	12	0.1	0.3	1	0.01	0.01	0	0.2	0.6								
73	0.0	0.0	0.0	8.2	0.0	8.2	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0								
8	0.5	0.0	0.5	0.0	0.0	0.0	2.0	106	13	5	0.1	0.0	7	0.01	0.00	10	0.6	0.3								
3	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.9	1	7	2	0.0	0.0	1	0.01	0.00	7	0.3	0.0								
2	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.4	0	3	2	0.0	0.0	3	0.00	0.00	2	0.1	0.0								
3	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.7	105	3	1	0.1	0.0	3	0.00	0.00	1	0.2	0.3								
629	25.7	17.3	8.4	22.4	11.8	10.6	78.9	1093	294	72	1.2	1.9	153	0.21	0.39	15	4.0	2.8	単	純	合	計	値			572.85
650	26.8	13.4	13.4	18.1			0.0	787	350	50	3.0	2.0	200	0.40	0.40	25	4.5	2.0	基	準	値				573.96	

2026年 5月21日 木曜日

献立1

昼食

0:通常献立

[予定献立表 (日毎)]

2(小学校)

豊川市学校給食センター

献立名	ごはん													牛乳			うずらたまごスープ			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
	チンジャオロウスー													ミニトマト			アーモンド小魚																人数	1272	1348	2074								4694	4694.00
																																	単価	0.00	0.00	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	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	μgRE	mg	mg	mg	g	g	g		単位	g													
251	4.2	0.0	4.2	0.6	0.0	0.6	54.5	0	3	16	1.1	0.9	0	0.31	0.03	0	0	0	0	0	0	0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		[ごはん]			0.0												
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0	0	0	0	0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		ごはん 60g	*	1.00個	0.00													
251	4.2	0.0	4.2	0.6	0.0	0.6	54.5	0	3	16	1.1	0.9	0	0.31	0.03	0	0	0	0	0	0	0	0.00	0.03	0	0.3	0.0		ごはん 70g	*		157.00													
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	0.00	0.00	0	0.0	0.0		ごはん 80g	*		0.00													
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2											[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	5.1	2.8	2.3	3.7	2.4	1.3	6.1	506	35	37	0.4	0.5	79	0.04	0.08	3	1.1	1.3											[うずらたまごスープ]																
11	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	2.8	1	6	3	0.1	0.1	0	0.01	0.00	2	0.5	0.0										たまねぎ			32.80														
7	0.2	0.0	0.2	0.1	0.0	0.1	1.6	0	0	2	0.0	0.0	0	0.01	0.01	0	0.4	0.0										コーン			8.20														
15	1.4	0.0	1.4	0.9	0.0	0.9	0.3	2	18	27	0.2	0.1	0	0.02	0.01	0	0.1	0.0										とうふ			20.50														
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.2	0	1	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	1	0.1	0.0									もやし			8.20															
3	0.3	0.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.5	33	1	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1										なるとまき			4.10														
30	1.8	1.8	0.0	2.3	2.3	0.0	0.1	34	8	1	0.0	0.3	79	0.00	0.05	0	0.0	0.1										うずらたまご			16.40														
2	0.3	0.3	0.0	0.1	0.1	0.0	0.2	43	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1										中華だし			0.66														
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)			4.10														
1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	72	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2										がらスープの素			0.41														
3	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.3	310	1	2	0.1	0.0	0	0.00	0.01	0	0.0	0.8										うずくちしょうゆ			4.92														
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0										こしょう			0.02														
2	0.0	0.0	0.0	0.3	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			0.25														
68	7.9	7.5	0.4	2.4	2.0	0.4	3.7	201	6	13	0.2	0.7	7	0.31	0.08	13	0.5	0.5											[チンジャオロウスー]																
4	0.0	0.0	0.0	0.4	0.0	0.4	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0										米油			0.41														
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			0.25														
45	7.1	7.1	0.0	2.0	2.0	0.0	0.1	16	1	8	0.2	0.7	1	0.31	0.07	0	0.0	0.0										ぶたもも肉(せん)			32.80														
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			1.64														
3	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.7	0	1	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	1	0.1	0.0										たまねぎ			8.20														
2	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.3	0	2	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.2	0.0										たけのこ			8.20														
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			4.92														
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.4	0	0	0	0.0	0.0	4	0.00	0.01	8	0.1	0.0										赤ピーマン			4.92														
2	0.2	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	27	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1										中華だし			0.41														
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										さとう(三温)			0.82														
3	0.2	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.5	111	1	2	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.3										オイスターソース			2.46														
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	47	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1										しょうゆ			0.82														
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0										でんぷん			0.41														
7	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	1.7	1	3	3	0.1	0.0	19	0.02	0.01	8	0.3	0.0										[ミニトマト]																	
7	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	1.7	1	3	3	0.1	0.0	19	0.02	0.01	8	0.3	0.0										ミニトマト	2.00個	24.00															
24	1.3	1.3	0.0	1.4	1.4	0.0	1.7	31	33	11	0.3	0.2	0	0.00	0.03	0	0.3	0.1										[アーモンド小魚]																	
24	1.3	1.3	0.0	1.4	1.4	0.0	1.7	31	33	11	0.3	0.2	0	0.00	0.03	0	0.3	0.1										アーモンド小魚 5g	1.00個	5.00															
564	25.6	18.4	7.2	15.9	13.6	2.3	77.6	823	307	101	2.1	3.1	185	0.76	0.54	26	2.5	2.1										単純合計	値		558.82														
650	26.8	13.4	13.4	18.1			0.0	787	350	50	3.0	2.0	200	0.40	0.40	25	4.5	2.0										基準	値		573.96														

2026年 5月25日 月曜日

献立1

昼食

0:通常献立

[予定献立表 (日毎)]

2(小学校)

豊川市学校給食センター

献立名	ごはん		牛乳					マーボーどうふ										行事等										合計		換算人	
	ぎょうざ		もやしのナムル																									4695		4695.00	
	人数	単価	1年	2年	3年	4年	5年	6年	特1	特2	特3	職員	他	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	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	mg	mg	mg	mg	mg	μgRE	mg	mg	mg	g	g	g		単位	g									
251	4.2	0.0	4.2	0.6	0.0	0.6	54.5	0	3	16	1.1	0.9	0	0.31	0.03	0	0.3	0.0		[ごはん]											
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		ごはん 60g	*	1.00	0.00								
251	4.2	0.0	4.2	0.6	0.0	0.6	54.5	0	3	16	1.1	0.9	0	0.31	0.03	0	0.3	0.0		ごはん 70g	*	1.00	157.00								
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		ごはん 80g	*		0.00								
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		[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								
143	11.7	5.9	5.8	5.7	4.1	1.6	12.0	555	40	79	6.2	1.1	7	0.34	0.34	6	1.6	1.2		[マーボーどうふ]											
7	0.0	0.0	0.0	0.8	0.0	0.8	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		米油			0.82								
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	13	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		トウバンジャン			0.25								
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			0.41								
34	5.3	5.3	0.0	1.5	1.5	0.0	0.0	12	1	6	0.2	0.5	1	0.23	0.05	0	0.0	0.0		ぶたももひき肉			24.60								
2	0.6	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			1.64								
19	0.6	0.0	0.6	0.1	0.0	0.1	4.8	1	10	5	0.2	0.1	0	0.02	0.01	4	0.9	0.0		たまねぎ			57.40								
51	4.1	0.0	4.1	2.5	2.5	0.0	2.8	6	19	58	5.4	0.4	1	0.09	0.27	1	0.2	0.0		冷凍どうふ			82.00								
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0	2	0	0.0	0.0	3	0.00	0.00	1	0.1	0.0		はねぎ			2.46								
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)			4.10								
3	0.3	0.3	0.0	0.1	0.1	0.0	0.3	53	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1		中華だし			0.82								
4	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	1.1	49	1	1	0.0	0.0	2	0.00	0.00	0	0.1	0.1		ケチャップ			4.10								
8	0.7	0.0	0.7	0.4	0.0	0.4	0.6	176	6	5	0.3	0.1	0	0.00	0.00	0	0.3	0.4		赤みそ			4.10								
3	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.3	234	1	3	0.1	0.0	0	0.00	0.01	0	0.0	0.6		しょうゆ			4.10								
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		さとう(三温)			0.41								
6	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		でんぷん			1.64								
2	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			0.25								
67	2.7	2.1	0.6	1.8	0.7	1.1	9.7	159	8	6	0.2	0.3	2	0.06	0.03	4	0.5	0.4		[ぎょうざ]											
67	2.7	2.1	0.6	1.8	0.7	1.1	9.7	159	8	6	0.2	0.3	2	0.06	0.03	4	0.5	0.4		ぎょうざ	2.00	個	36.00								
18	0.8	0.0	0.8	0.3	0.0	0.3	3.4	108	11	4	0.2	0.1	41	0.01	0.03	5	0.6	0.2		[もやしのナムル]											
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.4	1	1	0	0.0	0.0	30	0.00	0.00	0	0.1	0.0		にんじん			4.10								
5	0.6	0.0	0.6	0.0	0.0	0.0	0.9	1	3	3	0.1	0.1	0	0.01	0.02	3	0.4	0.0		もやし			32.80								
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	1	7	0	0.1	0.0	11	0.00	0.01	2	0.1	0.0		こまつな			4.10								
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			0.08								
6	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.6	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		さとう(三温)			1.64								
2	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			0.25								
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	93	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		しょうゆ			1.64								
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	12	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		テンメンジャン			0.41								
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			1.64								
617	26.2	14.8	11.4	16.2	12.6	3.6	89.5	906	289	126	7.7	3.2	130	0.80	0.74	17	3.0	2.0		単純合計			634.76								
650	26.8	13.4	13.4	18.1			0.0	787	350	50	3.0	2.0	200	0.40	0.40	25	4.5	2.0		基準			573.96								

2026年 5月28日 木曜日

献立1

昼食

0:通常献立

[予定献立表 (日毎)]

2(小学校)

豊川市学校給食センター

献立名	愛知のツイストパン		牛乳		やさいスープ		ハンバーグのライソソースかけ		フルーツゼリーミックス		行事等		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	1272																							4695	4695.00	
	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	mg	mg	mg	mg	mg	μgRE	mg	mg	mg	g	g	g		単位	g					
284	6.7	1.3	5.4	8.3	0.0	8.3	43.1	353	51	18	0.7	0.6	1	0.15	0.09	0	1.2	0.9		[愛知のツイストパン]							
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		愛知のツイストパン 40g	**	1.00 個	0.00				
284	6.7	1.3	5.4	8.3	0.0	8.3	43.1	353	51	18	0.7	0.6	1	0.15	0.09	0	1.2	0.9		愛知のツイストパン 50g	**		85.00				
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		愛知のツイストパン 60g	**		0.00				
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		[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				
35	1.7	0.4	1.3	0.8	0.0	0.8	5.8	360	21	10	0.3	0.0	90	0.03	0.04	12	1.5	0.9		[やさいスープ]							
7	0.0	0.0	0.0	0.8	0.0	0.8	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		米油			0.82				
4	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	1.1	3	3	1	0.0	0.0	89	0.01	0.01	1	0.3	0.0		にんじん			12.30				
2	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.5	2	3	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	1	0.2	0.0		だいこん			12.30				
8	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	2.1	0	4	2	0.1	0.0	0	0.01	0.00	2	0.4	0.0		たまねぎ			24.60				
4	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	1.1	1	9	3	0.1	0.0	1	0.01	0.01	8	0.4	0.0		キャバツ			20.50				
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.2	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.01	0	0.1	0.0		エリンギ			4.10				
2	0.0	0.0	0.0	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		ローストオニオン			0.41				
1	0.3	0.3	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	3	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		チキンピヨン(洋風)			4.10				
3	0.3	0.1	0.2	0.0	0.0	0.0	0.3	41	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1		洋風だし			0.82				
3	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.3	310	1	2	0.1	0.0	0	0.00	0.01	0	0.0	0.8		うすくちしょうゆ			4.92				
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				
116	7.9	5.9	2.0	6.3	2.4	3.9	7.8	260	49	14	1.6	0.5	12	0.06	0.06	1	2.8	0.7		[ハンバーグのライソソースかけ]							
105	7.8	5.9	1.9	6.3	2.4	3.9	5.6	137	47	13	1.6	0.5	10	0.06	0.06	1	2.7	0.4		ハンバーグ 50g		1.00 個	50.00				
6	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	1.6	69	1	1	0.0	0.0	2	0.00	0.00	0	0.1	0.2		ケチャップ			5.74				
2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.4	54	1	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1		ソース			1.64				
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		赤ぶどう酒			3.28				
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		でんぶん			0.16				
64	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	16.6	14	4	3	0.1	0.0	6	0.02	0.00	25	0.3	0.0		[フルーツゼリーミックス]							
17	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	4.1	0	1	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	20	0.1	0.0		りんごレトルト			20.50				
16	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	4.2	0	1	2	0.1	0.0	0	0.01	0.00	1	0.1	0.0		パイナップル			20.50				
31	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	8.3	14	2	1	0.0	0.0	6	0.01	0.00	4	0.1	0.0		みかんゼリー			24.60				
637	23.4	14.4	9.0	23.2	10.2	13.0	83.2	1071	352	66	2.7	1.9	189	0.34	0.50	40	5.8	2.7		単純合計	値		502.31				
650	26.8	13.4	13.4	18.1			0.0	787	350	50	3.0	2.0	200	0.40	0.40	25	4.5	2.0		基準	値		573.96				

2026年 5月29日 金曜日

献立1

昼食

0:通常献立

[予定献立表 (日毎)]

2(小学校)

豊川市学校給食センター

献立名	ごはん			牛乳			ふ玉汁			行事等										合計	換算人							
	揚げとり肉のあま酢かけ			大豆とひじきのサラダ			たまねぎドレッシング			人数	1年	2年	3年	4年	5年	6年	特1	特2	特3			職員	他	4695	4695.00			
単価	0.00			0.00			0.00			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	mg	mg	mg	mg	mg	μgRE	mg	mg	mg	g	g	g		単位	g						
251	4.2	0.0	4.2	0.6	0.0	0.6	54.5	0	3	16	1.1	0.9	0	0.31	0.03	0	0.3	0.0		[ごはん]								
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		ごはん 60g	*	1.00 個	0.00					
251	4.2	0.0	4.2	0.6	0.0	0.6	54.5	0	3	16	1.1	0.9	0	0.31	0.03	0	0.3	0.0		ごはん 70g	*		157.00					
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		ごはん 80g	*		0.00					
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		[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					
51	4.9	1.9	3.0	1.2	0.2	1.0	5.9	331	36	44	0.7	0.3	65	0.06	0.04	3	1.3	0.9		[ふ玉汁]								
8	1.9	1.9	0.0	0.2	0.2	0.0	0.0	12	1	2	0.2	0.1	1	0.01	0.01	0	0.0	0.1		厚削節			2.46					
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	4	1	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0		だし用こんぶ			0.16					
3	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.8	2	2	1	0.0	0.0	59	0.01	0.00	0	0.2	0.0		にんじん			8.20					
11	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	2.8	1	6	3	0.1	0.1	0	0.01	0.00	2	0.5	0.0		たまねぎ			32.80					
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.3	0	0	1	0.0	0.0	0	0.01	0.01	0	0.2	0.0		えのきたけ			4.10					
18	1.6	0.0	1.6	1.0	0.0	1.0	0.4	2	21	32	0.2	0.1	0	0.02	0.01	0	0.1	0.0		とうふ			24.60					
6	0.5	0.0	0.5	0.0	0.0	0.0	0.9	0	1	1	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0		白玉ふ			1.64					
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.3	0	3	1	0.0	0.0	5	0.00	0.00	1	0.1	0.0		はねぎ			4.10					
3	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.3	310	1	2	0.1	0.0	0	0.00	0.01	0	0.0	0.8		うすくちしょうゆ			4.92					
131	9.9	9.5	0.4	7.4	2.5	4.9	6.2	206	4	14	0.3	1.0	8	0.06	0.10	2	0.0	0.6		[揚げとり肉のあま酢かけ]								
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			0.82					
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	31	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1		食塩			0.08					
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					
15	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	3.4	0	0	0	0.0	0.1	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		米粉			4.10					
44	0.0	0.0	0.0	4.9	0.0	4.9	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		なたね油			4.92					
10	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.4	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		さとう (三温)			2.46					
2	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.2	140	1	2	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.4		しょうゆ			2.46					
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			1.64					
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		でんぷん			0.16					
23	1.6	0.0	1.6	0.9	0.0	0.9	3.0	6	13	14	0.2	0.2	6	0.02	0.02	2	1.5	0.0		[大豆とひじきのサラダ]								
7	0.2	0.0	0.2	0.1	0.0	0.1	1.6	0	0	2	0.0	0.0	0	0.01	0.01	0	0.4	0.0		コーン			8.20					
2	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.5	0	4	2	0.0	0.0	5	0.00	0.00	2	0.2	0.0		きゅうり			16.40					
13	1.2	0.0	1.2	0.8	0.0	0.8	0.7	0	6	8	0.2	0.2	0	0.01	0.01	0	0.7	0.0		水煮大豆			8.20					
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	6	3	2	0.0	0.0	1	0.00	0.00	0	0.2	0.0		ひじき			0.33					
9	0.0	0.0	0.0	0.6	0.0	0.6	0.8	49	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		[たまねぎドレッシング]								
9	0.0	0.0	0.0	0.6	0.0	0.6	0.8	49	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		たまねぎドレッシング			4.10					
603	27.4	18.2	9.2	18.5	10.5	8.0	80.3	676	283	109	2.3	3.2	159	0.53	0.50	9	3.1	1.9		単 純 合 計 値			549.87					
650	26.8	13.4	13.4	18.1			0.0	787	350	50	3.0	2.0	200	0.40	0.40	25	4.5	2.0		基 準 値			573.96					