







献立名	牛乳										ぶた汁										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	
	大豆と小魚のごまがらめ										しんこあえ										人数	1400	1500	2200										5100
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	単位	g										
250	4.4	0.0	4.4	0.9	0.0	0.9	53.7	0	5	35	1.3	1.1	0	0.30	0.03	0	0.9	0.0		[玄米ごはん]														
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		玄米ごはん 60g	**	1.00	個	0.00										
250	4.4	0.0	4.4	0.9	0.0	0.9	53.7	0	5	35	1.3	1.1	0	0.30	0.03	0	0.9	0.0		玄米ごはん 70g	**	1.00	個	158.00										
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		玄米ごはん 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		[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	9.2	5.1	4.1	4.3	1.2	3.1	5.8	446	104	59	1.4	0.8	64	0.20	0.06	4	1.9	1.1		[ぶた汁]														
7	1.6	1.6	0.0	0.2	0.2	0.0	0.0	42	54	6	0.4	0.2	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1		煮干し粉				2.46										
23	3.5	3.5	0.0	1.0	1.0	0.0	0.0	8	1	4	0.1	0.3	0	0.15	0.04	0	0.0	0.0		ぶたもも肉				16.40										
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										
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										
5	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	1.4	0	3	1	0.0	0.0	0	0.01	0.00	1	0.2	0.0		たまねぎ				16.40										
2	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.7	3	4	2	0.0	0.0	0	0.00	0.00	2	0.2	0.0		だいごん				16.40										
2	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.6	1	2	2	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.2	0.0		ごぼう				4.10										
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										
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										
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										
19	1.6	0.0	1.6	0.9	0.0	0.9	1.3	388	14	12	0.6	0.2	0	0.00	0.01	0	0.6	1.0		赤みそ				9.02										
109	7.9	3.9	4.0	6.1	0.4	5.7	6.6	183	167	44	1.7	1.0	0	0.06	0.03	0	2.3	0.5		[大豆と小魚のごまがらめ]														
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										
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	70	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		しょうゆ				1.23										
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										
22	3.9	3.9	0.0	0.4	0.4	0.0	0.5	113	133	14	1.1	0.4	0	0.01	0.01	0	0.0	0.3		小魚				6.56										
40	3.6	0.0	3.6	2.4	0.0	2.4	2.1	0	19	25	0.5	0.5	0	0.04	0.02	0	2.1	0.0		水煮大豆				24.60										
6	0.1	0.0	0.1	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		米粉				1.64										
23	0.0	0.0	0.0	2.6	0.0	2.6	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		なたね油				2.62										
7	0.2	0.0	0.2	0.7	0.0	0.7	0.2	0	15	4	0.1	0.1	0	0.01	0.00	0	0.2	0.0		いりごま				1.23										
11	0.5	0.0	0.5	0.0	0.0	0.0	2.8	104	13	5	0.1	0.0	3	0.02	0.02	10	0.6	0.3		[しんこあえ]														
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		キャベツ				20.50										
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.2	0	2	1	0.0	0.0	2	0.00	0.00	1	0.1	0.0		きゅうり				8.20										
6	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	1.5	103	2	1	0.0	0.0	0	0.01	0.01	1	0.1	0.3		たくあん漬				8.20										
601	28.8	15.8	13.0	19.1	9.4	9.7	78.8	817	516	164	4.5	3.7	147	0.66	0.45	16	5.7	2.1		単純合計				544.56										
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										







献立名	牛乳										肉じゃが										1年	2年	3年	4年	5年	6年	特1	特2	特3	職員	他	合計	換算人		
	ごはん										いわしのうめ煮										1400		1500		2200									5100	5100.00
	いわしのうめ煮										青菜あえ										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	**		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 個	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												
99	5.4	3.5	1.9	1.8	1.0	0.8	17.9	377	28	23	0.6	0.5	150	0.22	0.07	18	6.2	0.9		[肉じゃが]															
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	0.1	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												
23	3.5	3.5	0.0	1.0	1.0	0.0	0.0	8	1	4	0.1	0.3	0	0.15	0.04	0	0.0	0.0		ぶたもも肉			16.40												
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												
7	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	1.9	6	6	2	0.0	0.0	148	0.01	0.01	1	0.6	0.0		にんじん			20.50												
14	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			41.00												
29	0.8	0.0	0.8	0.0	0.0	0.0	8.5	0	2	9	0.2	0.1	0	0.04	0.01	14	4.4	0.0		じゃがいも (皮むき)			49.20												
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		糸こんにゃく			20.50												
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.2	0	2	1	0.0	0.0	2	0.00	0.00	0	0.1	0.0		さやいんげん			4.10												
2	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.5	80	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		和風だし			0.82												
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												
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												
88	6.0	6.0	0.0	5.4	2.0	3.4	4.0	180	76	11	0.7	0.3	6	0.00	0.10	0	0.2	0.4		[いわしのうめ煮]															
88	6.0	6.0	0.0	5.4	2.0	3.4	4.0	180	76	11	0.7	0.3	6	0.00	0.10	0	0.2	0.4		いわしのうめ煮 40g		1.00 個	40.00												
9	0.4	0.0	0.4	0.1	0.0	0.1	2.1	114	17	6	0.1	0.1	4	0.01	0.01	14	0.7	0.3		[青菜あえ]															
7	0.4	0.0	0.4	0.1	0.0	0.1	1.7	2	14	5	0.1	0.1	1	0.01	0.01	13	0.6	0.0		キャベツ			32.80												
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	0	1	1	0.0	0.0	1	0.00	0.00	1	0.0	0.0		きゅうり			4.10												
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	112	2	0	0.0	0.0	2	0.00	0.00	0	0.1	0.3		なめしの素			0.66												
585	22.8	16.3	6.5	15.7	10.8	4.9	88.4	755	351	77	2.5	2.6	240	0.62	0.52	34	7.4	1.8		単純合計	値		603.33												
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	ミルクロールパン		牛乳		米粉のパン『キボ』デザート										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		
	揚げどりのレモンソースかけ		フルーツカクテル												人数	1400		1500		2200								5100	5100.00
	単価		0.00												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							
252	7.9	1.6	6.3	4.5	0.0	4.5	42.8	337	60	23	0.5	0.8	0	0.11	0.11	0	1.2	0.9		[ミルクロールパン]									
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		ミルクロールパン 40g	**	1.00個	86.00						
252	7.9	1.6	6.3	4.5	0.0	4.5	42.8	337	60	23	0.5	0.8	0	0.11	0.11	0	1.2	0.9		ミルクロールパン 50g	**		86.00						
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		ミルクロールパン 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						
100	2.5	0.4	2.1	3.0	0.0	3.0	17.0	309	31	17	0.4	0.2	223	0.06	0.07	16	2.5	0.7		[米粉のパン『キボ』デザート]									
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						
6	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	1.5	5	5	2	0.0	0.0	118	0.01	0.01	1	0.5	0.0		にんじん			16.40						
14	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			41.00						
10	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	2.5	0	2	3	0.1	0.0	41	0.01	0.01	5	0.4	0.0		かぼちゃ			12.30						
15	0.5	0.0	0.5	0.1	0.0	0.1	3.8	1	5	5	0.1	0.1	64	0.01	0.02	7	0.9	0.0		うらごし/かぼちゃ			20.50						
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						
2	0.3	0.1	0.2	0.0	0.0	0.0	0.3	33	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1		洋風だし			0.66						
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			0.82						
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		チキンブイヨン(洋風)			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		ローリエ			0.02						
4	0.4	0.0	0.4	0.2	0.0	0.2	0.2	0	1	2	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		豆乳			8.20						
38	0.3	0.0	0.3	1.9	0.0	1.9	5.1	168	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			8.20						
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	98	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		天日塩			0.25						
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						
114	9.7	9.3	0.4	5.3	0.8	4.5	7.1	189	3	14	0.1	0.4	4	0.04	0.04	2	0.0	0.5		[揚げどりのレモンソースかけ]									
42	9.3	9.3	0.0	0.8	0.8	0.0	0.0	18	2	12	0.1	0.3	4	0.04	0.04	18	1	0.0		とりむね肉 40g		1.00個	40.00						
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						
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						
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						
40	0.0	0.0	0.0	4.5	0.0	4.5	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		なたね油			4.51						
13	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	3.2	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		さとう(三温)			3.28						
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						
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	1	0.0	0.0		レモン果汁			1.64						
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			0.25						
57	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	15.0	5	29	2	0.4	0.0	0	0.02	0.10	18	1.0	0.0		[フルーツカクテル]									
14	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	3.3	0	1	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	16	0.1	0.0		りんごレトルト			16.40						
19	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	5.0	0	2	2	0.1	0.0	0	0.02	0.00	2	0.1	0.0		パイナップル			24.60						
24	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	6.7	5	26	0	0.3	0.0	0	0.00	0.10	0	0.8	0.0		カクテルゼリー			24.60						
661	27.0	18.1	8.9	20.6	8.6	12.0	91.8	924	350	77	1.4	2.2	307	0.31	0.63	38	4.7	2.3		単純合計			528.46						
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						

献立名	ごはん		牛乳				白みそ汁				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		
	れん	こん	グリーンアスパラガスのサラダ				マヨネーズドレッシング				人数	単価	単価	単価	単価	単価	単価	単価	単価	単価	単価	単価	単価	単価	単価	
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	単位	g		
kcal	g	g	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	μgRE	mg	mg	mg	g	g	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	**	1.00	個	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	**	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		[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			
68	4.7	2.2	2.5	2.1	0.2	1.9	9.4	503	30	22	0.9	0.3	65	0.05	0.03	8	3.0	1.3		[白みそ汁]						
10	2.2	2.2	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				2.87		
7	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	2.1	0	0	2	0.0	0.0	0	0.01	0.00	3	1.1	0.0		じゃがいも				12.30		
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		
3	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.8	4	5	2	0.0	0.0	0	0.00	0.00	2	0.3	0.0		だいこん				20.50		
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		
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		
18	1.2	0.0	1.2	0.6	0.0	0.6	2.2	482	10	7	0.4	0.1	0	0.00	0.01	0	0.5	1.2		白みそ				9.84		
109	7.0	6.1	0.9	4.9	1.9	3.0	8.6	204	8	13	0.6	1.0	4	0.19	0.07	10	0.6	0.6		[れんこんハンバーグ]						
94	6.8	6.1	0.7	4.9	1.9	3.0	5.2	64	7	11	0.6	1.0	4	0.19	0.07	10	0.6	0.2		れんこんハンバーグ 50g	1.00	個	50.00			
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	0.2	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		
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		みりん				2.46		
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		でんぶん				0.41		
10	0.6	0.0	0.6	0.1	0.0	0.1	2.2	1	11	5	0.2	0.0	4	0.02	0.02	9	0.7	0.0		[グリーンアスパラガスのサラダ]						
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		
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		キャベツ				20.50		
2	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.3	0	2	1	0.1	0.0	3	0.01	0.01	1	0.1	0.0		グリーンアスパラガス				8.20		
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		
589	23.4	15.1	8.3	16.7	9.9	6.8	85.0	837	279	77	2.8	3.0	153	0.65	0.46	29	4.6	2.2	単純合計	値			551.58			
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	牛乳										ちゃんぽん風クリーミー春雨スープ										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		
	ごはん										めひかりフライ										人数	単価	単価	単価	単価	単価	単価	単価	単価	単価	単価	単価	単価	単価	単価
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													
																						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	**	1.00	個	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	**	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		[牛乳]															
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		牛乳		1.00	本	206.00											
55	3.6	2.2	1.4	1.1	0.4	0.7	8.1	445	22	13	0.3	0.1	72	0.03	0.04	10	1.2	1.2		[ちゃんぽん風クリーミー春雨スープ]															
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											
9	1.6	1.6	0.0	0.4	0.4	0.0	0.0	6	0	2	0.0	0.1	1	0.01	0.02	0	0.0	0.0		とりもも肉				8.20											
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											
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											
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											
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	0.1	0.0		きくらげ				1.64											
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											
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		キャベツ				16.40											
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											
2	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	144	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.4		がらスープの素				0.82											
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		しょうゆ				3.28											
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											
14	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	3.6	1	1	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.2	0.0		はるさめ				4.10											
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											
6	0.5	0.0	0.5	0.3	0.0	0.3	0.2	0	2	3	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		豆乳				12.30											
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		天日塩				0.16											
115	3.7	3.7	0.0	8.5	1.1	7.4	6.2	45	65	10	0.2	0.1	6	0.04	0.05	0	0.2	0.1		[めひかりフライ]															
50	3.7	3.7	0.0	1.1	1.1	0.0	6.2	45	65	10	0.2	0.1	6	0.04	0.05	0	0.2	0.1		めひかりフライ		2.00	個	30.00											
65	0.0	0.0	0.0	7.4	0.0	7.4	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		なたね油				7.38											
11	0.8	0.1	0.7	0.4	0.0	0.4	1.2	73	4	3	0.1	0.1	0	0.02	0.02	3	0.5	0.2		[もやし炒め]															
6	0.7	0.0	0.7	0.0	0.0	0.0	1.1	1	4	3	0.1	0.1	0	0.02	0.02	3	0.5	0.0		もやし				41.00											
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											
1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	10	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		中華だし				0.16											
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		天日塩				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				0.02											
570	19.1	12.8	6.3	18.4	9.3	9.1	79.9	647	321	63	1.7	2.0	158	0.48	0.45	15	2.2	1.7		単純合計				518.82											
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				573.96											



献立名	ごはん		牛乳		マーボー豆腐		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	5100	5100.00	0.00	0.00								
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			
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	**	1.00 個	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	**	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		[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			
131	10.0	4.1	5.9	5.2	3.6	1.6	11.9	551	41	78	6.1	0.9	8	0.26	0.33	6	1.6	1.2		[マーボー豆腐]						
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	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		おろししょうが			0.16			
23	3.5	3.5	0.0	1.0	1.0	0.0	0.0	8	1	4	0.1	0.3	0	0.15	0.04	0	0.0	0.0		ぶたももひき肉			16.40			
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			
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		冷凍豆腐			82.00			
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			
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			
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			
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			
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			
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			
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		でんぶん			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	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	4.3	0	2	5	0.1	0.0	31	0.01	0.01	5	0.1	0.0		[すいか]						
18	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	4.3	0	2	5	0.1	0.0	31	0.01	0.01	5	0.1	0.0		すいか		0.02 玉	45.00			
605	24.0	13.0	11.0	15.4	12.1	3.3	90.3	794	281	126	7.5	2.9	121	0.72	0.71	17	2.5	1.8		単 純 合 計 値			625.47			
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	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		
	ごはん													すまし汁													1400		1500		2200									5100	5100.00
	コロッケ													くきわかめの煮付け													0.00		0.00		0.00								0.00	0.00	
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	炭水化合物 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																		
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	5.5	2.4	3.1	1.6	0.2	1.4	4.7	375	43	55	0.7	0.3	66	0.07	0.05	4	1.1	1.0		[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		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																		
2	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.7	3	4	2	0.0	0.0	0	0.00	0.00	2	0.2	0.0		だいこん			16.40																		
5	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	1.4	0	3	1	0.0	0.0	0	0.01	0.00	1	0.2	0.0		たまねぎ			16.40																		
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																		
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																		
24	2.2	0.0	2.2	1.4	0.0	1.4	0.5	3	28	43	0.3	0.2	0	0.03	0.01	0	0.1	0.0		とうふ			32.80																		
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.2	0	2	1	0.1	0.0	6	0.00	0.01	1	0.1	0.0		みつば			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																		
197	3.6	1.7	1.9	14.1	1.9	12.2	14.1	179	6	13	0.4	0.5	11	0.07	0.03	5	1.0	0.5		[コロッケ]																					
95	3.6	1.7	1.9	2.6	1.9	0.7	14.1	179	6	13	0.4	0.5	11	0.07	0.03	5	1.0	0.5		コロッケ 60g		1.00個	60.00																		
102	0.0	0.0	0.0	11.5	0.0	11.5	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		なたね油			11.48																		
41	1.0	0.0	1.0	2.6	0.0	2.6	3.5	137	22	20	0.2	0.1	90	0.03	0.02	1	1.3	0.4		[くきわかめの煮付け]																					
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																		
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																		
25	0.7	0.0	0.7	2.1	0.0	2.1	0.7	0	4	5	0.2	0.1	0	0.02	0.01	0	0.4	0.0		冷凍油揚げ			6.56																		
2	0.1	0.0	0.1	0.1	0.0	0.1	0.6	24	15	13	0.0	0.0	1	0.00	0.00	0	0.6	0.1		くきわかめ			14.76																		
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	40	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		和風だし			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																		
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	70	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		しょうゆ			1.23																		
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																		
678	21.1	10.9	10.2	26.7	9.9	16.8	86.7	775	301	125	2.4	2.6	247	0.56	0.44	12	3.7	2.1	単	純	合	計	値			565.43															
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	牛乳													うずらたまごのケチャップ 炒め煮													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
	キャベツ炒め													人数	1400	1500	2200												5100	5100.00									
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	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	**	1.00	個	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	**	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		[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															
138	11.4	9.5	1.9	4.8	3.5	1.3	13.8	405	35	26	0.5	0.9	313	0.10	0.15	9	2.3	1.0		[うずらたまごのケチャップ 炒め煮]																			
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	4	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		トウバンジャン				0.08															
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		にんにく				0.25															
30	6.7	6.7	0.0	0.5	0.5	0.0	0.0	13	1	8	0.1	0.2	3	0.03	0.03	1	0.0	0.0		とりむね肉(角)				28.70															
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															
10	0.2	0.0	0.2	0.1	0.0	0.1	2.7	8	8	3	0.1	0.1	207	0.02	0.02	2	0.8	0.0		にんじん				28.70															
18	0.5	0.0	0.5	0.1	0.0	0.1	4.5	1	9	5	0.2	0.1	0	0.02	0.01	4	0.8	0.0		たまねぎ				53.30															
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															
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	0.01	0	0.2	0.0		エリンギ				6.56															
37	2.3	2.3	0.0	2.9	2.9	0.0	0.1	43	10	2	0.0	0.4	98	0.01	0.07	0	0.0	0.1		うずらたまご				20.50															
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															
5	0.5	0.5	0.0	0.1	0.1	0.0	0.4	80	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		中華だし				1.23															
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	18	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		オイスターソース				0.41															
9	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	2.3	98	1	1	0.0	0.0	4	0.00	0.00	1	0.1	0.3		ケチャップ				8.20															
5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.2	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		さとう(三温)				1.23															
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															
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		でんぷん				1.23															
64	2.8	2.4	0.4	1.5	1.5	0.0	5.9	228	24	9	0.0	0.1	17	0.01	0.02	1	0.8	0.6		[うの花はんぺん]																			
64	2.8	2.4	0.4	1.5	1.5	0.0	5.9	228	24	9	0.0	0.1	17	0.01	0.02	1	0.8	0.6		うの花はんぺん		2.00	個	40.00															
13	0.6	0.1	0.5	0.5	0.0	0.5	2.0	74	16	5	0.1	0.1	1	0.01	0.01	15	0.7	0.2		[キャベツ炒め]																			
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															
8	0.5	0.0	0.5	0.1	0.0	0.1	1.9	2	16	5	0.1	0.1	1	0.01	0.01	15	0.7	0.0		キャベツ				36.90															
1	0.1	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	10	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		中華だし				0.16															
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		天日塩				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				0.02															
604	25.8	18.8	7.0	15.2	12.8	2.4	86.1	791	305	77	1.7	2.8	411	0.51	0.52	27	4.1	2.0		単純合計				608.26															
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															



献立名	麦ごはん		牛乳		はるさめスープ		ピビンバ		ミニトマト		人数	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	
	単価	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	1400	1500	2200	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	5100	5100.00
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	個	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	**	1.00	個	160.00	
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		麦ごはん 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		[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		
43	1.8	0.9	0.9	0.1	0.1	0.0	9.6	363	21	8	0.2	0.1	129	0.02	0.03	6	1.6	0.9		[はるさめスープ]					
6	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	1.5	5	5	2	0.0	0.0	118	0.01	0.01	1	0.5	0.0		にんじん				16.40	
12	0.4	0.0	0.4	0.0	0.0	0.0	3.1	1	6	3	0.1	0.1	0	0.01	0.00	3	0.6	0.0		たまねぎ				36.90	
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	
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	
14	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	3.6	1	1	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.2	0.0		はるさめ				4.10	
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		ごまつな				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	
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		チャンピオン (中華)				4.10	
2	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.2	258	1	2	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.7		うすくちしょうゆ				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		こしょう				0.02	
95	7.7	5.9	1.8	4.6	2.8	1.8	6.2	355	31	24	0.8	1.5	97	0.06	0.10	3	1.2	0.8		[ピビンバ]					
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		ごま油				0.41	
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		にんにく				0.25	
49	5.9	5.9	0.0	2.8	2.8	0.0	0.1	14	1	7	0.4	1.3	1	0.02	0.06	0	0.0	0.0		牛もも肉 (せん)				28.70	
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	
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	
7	0.9	0.0	0.9	0.4	0.0	0.4	0.6	1	6	6	0.1	0.1	0	0.02	0.02	1	0.6	0.0		大豆もやし				24.60	
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	1	4	1	0.0	0.0	7	0.00	0.00	1	0.0	0.0		チンゲンサイ				4.10	
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		でんぶん				0.41	
7	0.2	0.0	0.2	0.7	0.0	0.7	0.2	0	15	4	0.1	0.1	0	0.01	0.00	0	0.2	0.0		いりごま				1.23	
5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.2	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		さとう (三温)				1.23	
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	
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	
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	7	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		コチュジャン				0.25	
8	0.3	0.0	0.3	0.3	0.0	0.3	1.2	95	1	2	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.2		デンメンジャン				3.28	
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		
534	20.9	13.6	7.3	13.1	10.7	2.4	81.3	803	287	72	2.2	3.4	325	0.47	0.48	19	4.1	1.9		単純合計	値			549.19	
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	