

献立名	玄米ごはん		牛乳		ぶた汁		大豆と小魚のごまがらめ		しんこあえ		行事等										合計		換算人						
	人数	1700	2年	3年	4年	5年	6年	特1	特2	特3	職員	他	6100	6100.00	0.00	0.00													
	単価	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							
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	*		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	*		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						
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		ごぼう			4.10						
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		とうふ			20.50						
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		冷凍油揚げ			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		はねぎ			4.10						
																					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	ごはん		牛乳		生揚げのたまごとじ												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	
	キャベツ入りつくね		メロン														人数	1700		1800		2600								6100	6100.00
																	単価	0.00		0.00		0.00								0.00	0.00
エネルギー	たんぱく質			脂質			炭水化物			ナトリウム	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛	レチノール	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	食塩相当量	熱加工	食品名	個付	一人分量							
	kcal	g	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	μgRE	mg	mg	mg	g	g	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	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	0.00	0.00	0	0.0	0.0	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	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	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	0.0	0.2		[牛乳]									
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2	0.0	0.2		牛乳		1.00 本	206.00						
134	7.9	4.3	3.6	6.4	6.4	0.0	11.0	386	36	47	1.1	0.9	198	0.16	0.15	5	1.7	0.9	0.0	0.0		[生揚げのたまごとじ]									
11	1.8	1.8	0.0	0.5	0.5	0.0	0.0	4	0	2	0.1	0.2	0	0.08	0.02	0	0.0	0.0	0.0	0.0		ぶたもも肉			8.20						
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	0.0	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	0.0	0.0		たまねぎ			41.00						
53	2.5	0.0	2.5	3.8	3.8	0.0	1.9	12	10	33	0.4	0.3	1	0.04	0.01	0	0.2	0.0	0.0	0.0		冷凍生揚げ			32.80						
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	0.0	0.0		干しいたけ			0.41						
31	2.5	2.5	0.0	2.1	2.1	0.0	0.1	29	10	2	0.4	0.3	43	0.01	0.09	0	0.0	0.1	0.0	0.1		液卵			20.50						
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.2	0	0	1	0.1	0.0	6	0.00	0.01	1	0.1	0.0	0.0	0.0		みつば			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	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	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	47	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	0.1	0.1		しょうゆ			0.82						
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	0.5	0.5		うすくちしょうゆ			3.28						
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	0.0	0.0		みりん			1.64						
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0	0.0	0.0		酒			0.82						
69	3.3	2.4	0.9	4.6	4.6	0.0	3.4	158	10	6	0.1	0.2	6	0.02	0.03	9	0.4	0.4	0.4	0.4		[キャベツ入りつくね]									
69	3.3	2.4	0.9	4.6	4.6	0.0	3.4	158	10	6	0.1	0.2	6	0.02	0.03	9	0.4	0.4	0.4	0.4		キャベツ入りつくね40g		1.00 個	40.00						
12	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	3.1	2	2	4	0.1	0.1	1	0.02	0.01	5	0.2	0.0	0.0	0.0		[メロン]									
12	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	3.1	2	2	4	0.1	0.1	1	0.02	0.01	5	0.2	0.0	0.0	0.0		メロン		0.06 個	30.00						
604	22.5	13.5	9.0	19.4	18.8	0.6	81.9	630	278	94	2.4	2.9	285	0.59	0.53	21	2.6	1.5	2.0	2.0		単純合計			569.53						
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	2.0	2.0		基準			573.96						

献立名	ごはん			牛乳			わかめスープ			フロロゼンヨーグルト			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		
	ピリ辛丼			ミニトマト			フロロゼンヨーグルト			フロロゼンヨーグルト			人数			1700			1800			2600																		6100			6100.00								
	単価			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			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																											
				動物性	植物性	動物性	植物性	動物性	植物性															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	0.31	0.03	0	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	0.00	0.00	0	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	0.31	0.03	0	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	0.00	0.00	0	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																									
52	4.1	1.2	2.9	2.1	0.1	2.0	4.6	519	39	50	0.4	0.3	8	0.05	0.03	4	0.9	1.3				[わかめスープ]																													
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																									
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																									
21	1.9	0.0	1.9	1.2	0.0	1.2	0.5	3	25	37	0.3	0.2	0	0.03	0.01	0	0.1	0.0				とうふ				28.70																									
3	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.5	0	2	2	0.0	0.1	0	0.01	0.01	2	0.3	0.0				もやし				20.50																									
7	0.6	0.6	0.0	0.0	0.0	0.0	1.0	66	1	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2				なるとまき				8.20																									
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.2	32	4	5	0.0	0.0	3	0.00	0.00	0	0.2	0.1				わかめ				0.49																									
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	0.3	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																									
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	44	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1				がらスープの素				0.25																									
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	0.0	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																									
66	7.7	7.1	0.6	2.4	2.0	0.4	4.0	168	11	13	0.2	0.7	90	0.33	0.09	2	0.9	0.4				[ピリ辛丼]																													
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	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	0.0	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																									
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																									
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	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	1	5	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.3	0.0				突こんにゃく				12.30																									
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																									
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.3	0	1	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	1	0.1	0.0				根深ねぎ				4.10																									
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																									
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.1	4	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0				コチュジャン				0.16																									
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																									
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	0.3	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0				でんぶん				0.41																									
7	0.3	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																									
90	3.1	3.1	0.0	2.5	2.5	0.0	13.9	45	104	10	0.0	0.4	0	0.00	0.18	1	0.0	0.1				[フロロゼンヨーグルト]																													
90	3.1	3.1	0.0	2.5	2.5	0.0	13.9	45	104	10	0.0	0.4	0	0.00	0.18	1	0.0	0.1				フロロゼンヨーグルト		1.00	個	90.00																									
604	26.2	18.2	8.0	15.4	12.4	3.0																																													

献立名	中華めん はるまき		牛乳 三色炒め		どんこつしょうゆラーメン										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	1700																							6100	6100.00						
	単価	0.00																							0.00	0.00						
エネルギー	たんぱく質			脂質			炭水化物			ナトリウム	カルシウム	マグネシウム	鉄	亜鉛	レチノール 活性当量	ビタミン B1	ビタミン B2	ビタミン C	食物 繊維 総量	食塩 相当量	熱 加工	食品名	個 付	一人分量								
kcal	g	g	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	μgRE	mg	mg	mg	g	g	g	g	g			単位	g							
294	8.4	0.0	8.4	1.2	0.0	1.2	58.8	56	14	16	0.6	0.6	0	0.08	0.02	56	0	2.2	0.2				[中華めん]									
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				中華めん 180g	*	1.00 個	0.00						
294	8.4	0.0	8.4	1.2	0.0	1.2	58.8	56	14	16	0.6	0.6	0	0.08	0.02	56	0	2.2	0.2				中華めん 200g	*	1.00 個	200.00						
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				中華めん 220g	*	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	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	2	0.0	0.2				牛乳		1.00 本	206.00						
73	3.6	2.6	1.0	3.2	2.4	0.8	8.0	639	27	16	0.5	0.3	127	0.14	0.08	12	1.7	1.6				[どんこつしょうゆラーメン]										
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	0.0				米油									
11	1.8	1.8	0.0	0.5	0.5	0.0	0.0	4	0	2	0.1	0.2	0	0.08	0.02	0	0	0.0	0.0				ぶたもも肉									
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0	0.0	0.0				酒									
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										
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										
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										
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										
3	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.7	0	3	1	0.0	0.0	1	0.00	0.00	1	0.2	0.0				根深ねぎ										
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										
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	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										
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										
21	0.7	0.7	0.0	1.9	1.9	0.0	0.2	321	1	2	0.2	0.0	0	0.03	0.04	0	0.1	0.8				とんこつスープ										
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										
119	2.6	1.6	1.0	7.5	2.6	4.9	10.0	112	8	6	0.2	0.3	23	0.08	0.04	4	0.6	0.3				[はるまき]										
75	2.6	1.6	1.0	2.6	2.6	0.0	10.0	112	8	6	0.2	0.3	23	0.08	0.04	4	0.6	0.3				はるまき 50g		1.00 個	50.00							
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										
15	0.8	0.1	0.7	0.5	0.0	0.5	2.2	74	4	4	0.1	0.1	30	0.01	0.02	3	0.7	0.2				[三色炒め]										
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										
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										
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	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	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										
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	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										
639	22.2	11.1	11.1	20.2	12.8	7.4	88.9	965	280	63	1.4	2.1	260	0.39	0.47	21	5.2	2.5				単 純 合 計 値			603.96							
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													やさいのうま煮			行事等										合計	換算人					
	切り干しだいこんのササガ													ごまドレッシング			1年	2年	3年	4年	5年	6年	特1	特2	特3	職員			他	6100	6100.00		
	人数	1700		1800		2600																				0.00			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	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	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	206.00										
71	2.7	0.5	2.2	0.2	0.2	0.0	17.6	400	30	19	0.5	0.2	179	0.07	0.04	17	6.5	1.0		[やさいのうま煮]													
9	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	2.3	7	7	2	0.0	0.0	177	0.02	0.01	1	0.7	0.0		にんじん			24.60										
9	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	2.4	1	5	3	0.1	0.1	0	0.01	0.00	2	0.4	0.0		たまねぎ			28.70										
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	0.5	2	9	0	0.1	0.0	0	0.00	0.00	0	0.5	0.0		こんにやく 1/30			20.50										
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	0.01	0	0.2	0.0		干しいたけ			0.41										
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										
6	0.5	0.5	0.0	0.2	0.2	0.0	0.6	30	2	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1		揚げはん			4.10										
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		さいいんげん			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										
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										
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										
127	9.8	5.9	3.9	7.1	1.6	5.5	6.3	295	155	19	0.9	0.5	5	0.01	0.11	0	0.2	0.8		[さんまの銀紙焼き]													
127	9.8	5.9	3.9	7.1	1.6	5.5	6.3	295	155	19	0.9	0.5	5	0.01	0.11	0	0.2	0.8		さんまの銀紙焼き 50g		1.00	50.00										
19	0.8	0.0	0.8	0.2	0.0	0.2	4.3	4	14	8	0.1	0.1	6	0.02	0.01	3	1.2	0.0		[切り干しだいこんのササガ]													
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			2.05										
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										
11	0.4	0.0	0.4	0.2	0.0	0.2	2.4	0	0	3	0.0	0.1	1	0.01	0.01	0	0.6	0.0		コーン			12.30										
5	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1	1.0	66	1	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		[ごまドレッシング]													
5	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.1	1.0	66	1	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		ごまドレッシング			4.10										
611	24.3	13.2	11.1	16.0	9.6	6.4	93.6	849	430	84	2.6	2.5	270	0.49	0.50	22	8.2	2.2		単純合計			595.86										
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				
	ぎょうざ		すいか				人数	1年	2年	3年	4年	5年	6年	特1	特2	特3	職員	他	6100	6100.00			
							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	*		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
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		冷凍とうふ			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		チキンピジョン(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

