

献立名	ごはん いかフライのレモン煮													牛乳 切り干しだいこんのソース炒め													けんちん汁																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
	人 数													1 年													2 年																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																													
単 価													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	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																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																		

献立名	牛乳 すきやき													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 厚焼きたまご 三色炒め													人 数	1700		1800		2600							6100	6100.00					
														単 価	0.00		0.00		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	ビ ^タ ミン B2	ビ ^タ ミン C	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 0 251 0	4.2 0.0 4.2 0.0	0.0 0.0 0.0 0.0	4.2 0.0 4.2 0.0	0.6 0.0 0.6 0.0	0.0 0.0 0.0 0.0	0.6 0.0 0.6 0.0	54.5 0.0 54.5 0.0	0 0 0 0	3 0 3 0	16 0 16 0	1.1 0.0 1.1 0.0	0.9 0.0 0.9 0.0	0 0 0 0	0.31 0.00 0.31 0.00	0.03 0.00 0.03 0.00	0 0 0 0	0.3 0.0 0.3 0.0	0 0.0 0 0.0	0 0.0 0 0.0	ごはん ごはん 60 g ごはん 70 g ごはん 80 g	* * * *	1.00 個	0.00 157.00 0.00									
138 138	6.8 6.8	6.8 6.8	0.0 0.0	7.8 7.8	7.8 7.8	0.0 0.0	9.9 9.9	84 84	227 227	21 21	0.0 0.0	0.8 0.8	80 80	0.08 0.08	0.31 0.31	2 2	0.0 0.0	0.2 0.2	[牛乳] 牛乳		1.00 本	206.00										
125 7 49 0 2 6 11 4 26 1 3 2 10 4	8.4 0.0 5.9 0.0 0.0 0.1 0.3 0.3 1.2 0.0 0.1 0.3 0.3 0.4	5.9 0.0 5.9 0.0 0.0 0.0 0.0 0.0 0.0 0.0 0.0 0.0 0.0 0.0	2.5 0.0 0.0 0.0 0.0 0.0 0.3 0.3 1.2 0.0 0.1 0.3 0.3	5.5 0.8 2.8 0.0 0.0 0.0 0.0 0.0 1.9 0.0 0.0 0.0 0.0	4.7 0.0 2.8 0.0 0.0 0.0 0.0 0.0 1.9 0.0 0.0 0.0 0.0	0.8 0.8 0.0 0.0 0.0 0.0 0.0 0.0 0.0 0.0 0.0 0.0 0.0	10.9 0.0 0.1 0.0 0.1 1.5 2.8 1.0 1.0 0.3 0.7 0.5 2.4 0.5	436 0 14 0 0 5 1 2 6 1 3 80 0 327	41 0 1 0 0 5 6 14 5 5 3 17 0 2	37 0 7 0 0 2 3 0 0 0 1 0 4	0.9 0.0 0.4 0.0 0.0 0.0 0.1 0.0 0.2 0.0 0.0 0.0 0.1	1.7 0.0 1.3 0.0 0.0 0.0 0.1 0.1 0.1 0.0 0.0 0.0 0.0 0.1	124 0 1 0 0 0 0 3 1 0 0 0 0 0	0.07 0.00 0.02 0.00 0.00 0.00 0.01 0.01 0.01 0.02 0.00 0.00 0.00 0.00	0.10 0.00 0.06 0.00 0.00 0.00 0.01 0.01 0.01 0.01 0.00 0.00 0.00 0.00 0.01	10 0 0 0 0 0 1 2 6 0 0 0 0 0	2.0 0.0 0.0 0.0 0.0 0.0 0.5 0.4 0.1 0.0 0.0 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 0.0	[すきやき] 米油 牛もも肉 おろししょうが 酒 にんじん たまねぎ はくさい 冷凍生揚げ 糸こんにゃく 根深ねぎ 和風だし さとう（三温） しょうゆ			0.82 28.70 0.25 1.64 16.40 32.80 32.80 16.40 12.30 8.20 0.82 2.46 5.74										
54 54	3.5 3.5	3.5 3.5	0.0 0.0	3.3 3.3	3.3 3.3	0.0 0.0	2.0 2.0	138 138	15 15	4 4	0.5 0.5	0.4 0.4	42 42	0.02 0.02	0.12 0.12	0 0	0.0 0.0	0.4 0.4	[厚焼きたまご] 厚焼きたまご 40 g		1.00 個	40.00										
14 4 1 5 4 0 0 0	0.7 0.0 0.0 0.6 0.1 0.0 0.0 0.0	0.0 0.0 0.0 0.0 0.0 0.0 0.0 0.0	0.7 0.0 0.0 0.6 0.1 0.0 0.0 0.0	0.5 0.4 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 0.0	0.5 0.4 0.0 0.0 0.1 0.0 0.0 0.0	2.2 0.0 0.4 0.9 0.8 0.1 0.0 0.0	80 0 1 3 0 16 62 0	4 0 1 3 0 0 0 0	4 0 0 3 1 0 0 0	0.1 0.0 0.0 0.1 0.0 0.0 0.0 0.0	0.1 0.0 0.0 0.1 0.0 0.0 0.0 0.0	30 0 30 0 0 0 0 0	0.01 0.00 0.00 0.01 0.00 0.00 0.00 0.00	0.02 0.00 0.00 0.02 0.00 0.00 0.00 0.00	3 0 0 3 0 0 0 0	0.7 0.0 0.1 0.4 0.2 0.0 0.0 0.0	[三色炒め] 米油 にんじん、 もやし コーン 和風だし 天日塩 こしょう			0.41 4.10 32.80 4.10 0.16 0.16 0.02											
582 650	23.6 26.8	16.2 13.4	7.4 13.4	17.7 18.1	15.8	1.9	79.5 0.0	738 787	290 350	82 50	2.6 3.0	3.9 2.0	276 200	0.49 0.40	0.58 0.40	15 25	3.0 4.5	1.8 2.0	単 純 合 計 値 基 準 値			604.08 573.96										

豊川市南部学校給食センター

献立名	白玉うどん 大学いも 牛乳 青菜あえ きつねうどん													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					
														人 数	1700		1800		2600							6100	6100.00				
														単 価	0.00		0.00		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	ビタミン B2	ビタミン C	食物 繊維 総量	食塩 相当量	熱加工	食品名	個 付	一人分量									
														mg	mg	mg	g	g	g			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		〔白玉うどん〕											
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		白玉うどん 180 g	*		0.00								
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		白玉うどん 200 g	*	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		白玉うどん 220 g	*		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								
90	9.2	6.7	2.5	3.3	0.5	2.8	6.4	504	42	29	0.7	0.5	91	0.05	0.05	4	1.1	1.3		〔きつねうどん〕											
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		厚削筋			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								
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		とりむね肉			16.40								
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								
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								
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								
32	1.5	0.0	1.5	2.7	0.0	2.7	0.2	1	25	11	0.3	0.2	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0		油揚げ			8.20								
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	0.3	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								
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		うすくちしょうゆ			3.28								
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		でんぶん			0.66								
118	0.7	0.0	0.7	4.5	0.0	4.5	19.8	52	21	13	0.2	0.1	1	0.05	0.02	12	1.0	0.1		〔大学いも〕											
52	0.5	0.0	0.5	0.1	0.0	0.1	13.1	5	15	10	0.2	0.1	1	0.05	0.02	12	0.9	0.0		さつまいも（乱）			41.00								
36	0.0	0.0	0.0	4.1	0.0	4.1	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		なたね油			4.10								
3	0.1	0.0	0.1	0.3	0.0	0.3	0.1	0	6	2	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0		黒ごま			0.49								
22	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	5.7	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		さとう（三温）			5.74								
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	0.1	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								
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								
611	23.1	13.5	9.6	16.7	8.3	8.4	91.0	1006	319	81	1.4	1.9	176	0.25	0.41	32	4.6	2.5	単 純 合 計 値				590.83								
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	ごはん ぶりの竜田揚げ 牛乳 ごぼうサラダ なめこ汁 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	合計	換算人											
														人 数	1700	1800		2600							6100	6100.00											
														単 価	0.00	0.00		0.00							0.00	0.00											
														行 事 等																							
エネルギー kcal	たんばく質 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]	***	1.00 個	0.00														
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 60 g			157.00														
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 70 g			0.00														
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 80 g		1.00 本	206.00														
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	80	0.08	0.31	2	0.0	0.2		[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																	
65	6.0	2.2	3.8	2.1	0.2	1.9	6.6	407	47	55	1.2	0.5	6	0.04	0.05	5	1.9	1.1		[なめこ汁]																	
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														
4	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	1.0	0	2	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	1	0.2	0.0		たまねぎ			12.30														
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														
11	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	2.7	0	2	4	0.1	0.1	0	0.01	0.00	1	0.5	0.0		さといも			20.50														
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.2	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.01	0	0.2	0.0		なめこ			4.92														
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														
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														
134	7.4	7.3	0.1	10.1	6.0	4.1	3.7	102	2	10	0.5	0.2	17	0.08	0.12	1	0.0	0.2		[ぶりの竜田揚げ]		1.00 個	40.00														
98	7.4	7.3	0.1	6.0	6.0	0.0	3.7	102	2	10	0.5	0.2	17	0.08	0.12	1	0.0	0.2		ぶりの竜田揚げ 40 g			4.10														
36	0.0	0.0	0.0	4.1	0.0	4.1	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		なたね油																	
19	0.6	0.0	0.6	0.1	0.0	0.1	4.7	4	11	12	0.1	0.1	32	0.02	0.02	1	1.5	0.0		[ごぼうサラダ]			16.40														
10	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	2.5	3	8	9	0.1	0.1	0	0.01	0.01	0	0.9	0.0		ごぼう（せん）			8.20														
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			4.10														
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			8.20														
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																	
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														
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																	
612	25.0	16.3	8.7	20.8	14.0	6.8	80.4	663	291	115	2.9	2.5	135	0.53	0.53	9	3.7	1.7	単 純 合 計 値			542.81															
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															

