

[予定献立表 (日毎)]

献立名	牛乳		麦ご飯(新)				かきあげ																	職員	他	合計	換算人				
	白菜とたくあんの煮びたし		味噌汁				納豆																	12	7	549	545.95				
	行事等 整腸(食物繊維・オリゴ糖・発酵食品)																														
エネルギー kcal	たんぱく質 g	動物性 g	植物性 g	脂質 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	レチノール当量 μg	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	一人分量		使用量	備考							
				mg	mg	mg	mg							mg	mg	mg					mg	mg			単位	g	単位				
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	78	0.08	0.31	2	0.0	0.2		[牛乳]	1.00	本	206.00	549.00	本						
138	6.8	6.8	0.0	7.8	7.8	0.0	9.9	84	227	21	0.0	0.8	78	0.08	0.31	2	0.0	0.2		A 牛乳											
238	4.2	0.0	4.2	0.6	0.0	0.6	51.7	1	4	16	0.6	0.9	0	0.27	0.02	0	0.9	0.0		[麦ご飯(新)]											
214	3.7	0.0	3.7	0.5	0.0	0.5	46.4	1	3	14	0.5	0.8	0	0.26	0.02	0	0.3	0.0		水稲穀粒(精白米)強化米入	* 1.00	人	60.00	-----							
24	0.5	0.0	0.5	0.1	0.0	0.1	5.3	0	1	2	0.1	0.1	0	0.01	0.00	0	0.6	0.0		おおむぎ(米粒麦)			7.00	3.82	Kg						
144	4.7	3.1	1.6	7.9	0.6	7.3	12.8	203	37	21	0.7	0.5	13	0.04	0.04	3	1.9	0.5		[かきあげ]											
9	0.5	0.0	0.5	0.1	0.0	0.1	1.6	14	4	3	0.1	0.1	0	0.01	0.00	0	0.8	0.0	*	キドニー豆(冷凍)			7.00	3.82	Kg						
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		三温糖			1.00	0.55	Kg						
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	32	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.1		A うすくちしょうゆ			0.50	0.27	Kg						
9	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	2.2	0	3	2	0.0	0.0	0	0.01	0.00	2	0.2	0.0		さつまいも			7.00	4.25	Kg						
5	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	1.1	1	3	4	0.0	0.1	0	0.00	0.00	0	0.4	0.0		ごぼう			7.00	4.25	Kg						
3	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.6	0	1	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	1	0.1	0.0		玉葱			7.00	4.07	Kg						
8	1.9	1.9	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	25	6	3	0.1	0.1	0	0.00	0.01	0	0.0	0.1		A むきえび100/200L			10.00	5.46	Kg						
3	0.6	0.6	0.0	0.1	0.1	0.0	0.0	39	8	2	0.0	0.0	4	0.00	0.00	0	0.0	0.1		しらす干し(半乾燥品)			1.50	0.82	Kg						
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.3	7	7	3	0.3	0.0	1	0.00	0.01	0	0.2	0.0	*	芽ひじき			0.50	0.27	Kg						
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	78	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		食塩			0.20	0.11	Kg						
30	0.7	0.0	0.7	0.2	0.0	0.2	6.0	0	2	2	0.1	0.1	0	0.02	0.00	0	0.2	0.0	*	A 薄力粉(2等)			8.00	4.37	Kg						
8	0.6	0.6	0.0	0.5	0.5	0.0	0.0	7	3	1	0.1	0.1	8	0.00	0.02	0	0.0	0.0		A たまご			5.00	3.21	Kg						
64	0.0	0.0	0.0	7.0	0.0	7.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		なたね油(揚げ油)			7.00	3.82	Kg						
16	0.7	0.0	0.7	0.1	0.0	0.1	3.7	209	27	8	0.2	0.1	5	0.03	0.02	11	0.9	0.6		[白菜とたくあんの煮びたし]											
8	0.5	0.0	0.5	0.1	0.0	0.1	1.9	4	26	6	0.2	0.1	5	0.02	0.02	11	0.8	0.0		はくさい			60.00	34.85	Kg						
5	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	1.3	142	1	1	0.0	0.0	0	0.01	0.00	0	0.1	0.4	*	A 刻みたくあん漬け			7.00	3.82	Kg						
1	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.1	63	0	1	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.2		A うすくちしょうゆ			1.00	0.55	Kg						
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		本みりん			1.00	0.55	Kg						
43	2.9	0.0	2.9	0.9	0.0	0.9	6.0	306	32	11	0.3	0.2	84	0.04	0.03	4	1.0	0.8		[味噌汁]											
14	1.3	0.0	1.3	0.8	0.0	0.8	0.3	3	24	6	0.2	0.1	0	0.01	0.01	0	0.1	0.0	*	A 本絹豆腐			20.00	10.92	Kg						
1	0.2	0.0	0.2	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	*	ぶなしめじ			6.00	3.64	Kg						
3	0.3	0.0	0.3	0.0	0.0	0.0	0.5	0	2	2	0.1	0.1	0	0.01	0.01	2	0.3	0.0	*	りよくとうもやし			20.00	11.26	Kg						
4	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.9	2	3	1	0.0	0.0	76	0.01	0.00	0	0.3	0.0		にんじん			10.00	5.63	Kg						
2	0.1	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.4	0	3	1	0.0	0.0	8	0.00	0.00	2	0.1	0.0		葉ねぎ			5.00	2.90	Kg						
19	0.9	0.0	0.9	0.1	0.0	0.1	3.6	300	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.8		A 合わせみそ			10.00	5.46	Kg						
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		煮干(だし用)			3.30	1.80	Kg						
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		水			120.00	65.51	Kg						
41	3.2	0.0	3.2	1.8	0.0	1.8	2.9	110	18	20	0.7	0.4	0	0.01	0.11	0	1.3	0.3		[納豆]											
41	3.2	0.0	3.2	1.8	0.0	1.8	2.9	110	18	20	0.7	0.4	0	0.01	0.11	0	1.3	0.3	*	A 1食用納豆	1.00	個	20.00	549.00	個						

○献立案…新居浜市学校栄養職員会
 ○献立アドバイザー…大田美香先生

*熱加工による損耗計算値
 単純合計値
 基準値

税抜き金額合計	31,081.17	穀類	43.2%
消費税合計	1,554.08	たん白質	14.5%
税込み金額合計	32,635.25	脂質	27.7%
		動物たん白質	44.0%