

[ 予定献立表 (日毎) ]

献立名	牛乳 ブロッコリーのソテー	ご飯(クラス)新 なめこ汁						豆コロッケ みかん						1年 2年 3年 4年 5年 6年 特1 特2 特3 特4 特5 特6 職員 他 合計 換算人												
		人数	単価	行事等	C	1年	2年	3年	4年	5年	6年	特1	特2	特3	特4	特5	特6	職員	他	合計	換算人					
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	一人分量	使用量	備考			
kcal	g	g	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	μg	mg	mg	mg	g	g	g	個付	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]						
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	1.00	本	206.00	547.00	本	
250	4.3	0.0	4.3	0.6	0.0	0.6	54.1	1	4	16	0.6	1.0	0	0.31	0.03	0	0.4	0.0		[ご飯(クラス)新]						
250	4.3	0.0	4.3	0.6	0.0	0.6	54.1	1	4	16	0.6	1.0	0	0.31	0.03	0	0.4	0.0		A 水稲穀粒(精白米)強化米入	* 1.00	人	70.00	-----		
178	6.6	3.4	3.2	8.4	2.8	5.6	18.3	202	24	28	0.9	0.9	10	0.19	0.07	13	2.6	0.5		[豆コロッケ]						
23	0.5	0.0	0.5	0.0	0.0	0.0	5.3	0	1	6	0.1	0.1	0	0.03	0.01	11	0.4	0.0		A ジャがいも			30.00	18.12	Kg	
17	1.0	0.0	1.0	0.1	0.0	0.1	2.9	0	7	8	0.3	0.1	0	0.03	0.01	0	1.0	0.0		A ビーズビュレ(白いんげん)			20.00	10.88	Kg	
33	2.8	2.8	0.0	2.3	2.3	0.0	0.0	9	1	3	0.2	0.4	2	0.09	0.03	0	0.0	0.0		* A 豚ひき肉			15.00	8.16	Kg	
7	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	1.5	2	5	5	0.1	0.1	0	0.01	0.00	0	0.6	0.0		A ごぼう(ささがき)			10.00	5.44	Kg	
7	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	1.8	0	4	2	0.0	0.0	0	0.01	0.00	2	0.3	0.0		* 玉葱			20.00	11.57	Kg	
0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	156	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.4		* 食塩			0.40	0.22	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		* こしょう 缶入			0.01	0.01	Kg	
15	0.4	0.0	0.4	0.1	0.0	0.1	3.0	0	1	1	0.0	0.0	0	0.01	0.00	0	0.1	0.0		* A 薄力粉(2等)			4.00	2.18	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	3.20	Kg	
22	0.9	0.0	0.9	0.4	0.0	0.4	3.8	28	2	2	0.1	0.1	0	0.01	0.00	0	0.2	0.1		A パン粉(乾燥)			6.00	3.26	Kg	
46	0.0	0.0	0.0	5.0	0.0	5.0	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		A なたね油(揚げ油)			5.00	2.72	Kg	
19	1.7	0.5	1.2	0.6	0.0	0.6	2.3	125	11	8	0.3	0.2	20	0.04	0.06	42	1.3	0.3		[ブロッコリーのソテー]						
9	1.2	0.0	1.2	0.1	0.0	0.1	1.5	6	11	7	0.3	0.2	19	0.04	0.06	34	1.2	0.0		* ブロッコリー			28.00	27.68	Kg	
1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	0	0	1	0.0	0.0	1	0.00	0.00	8	0.1	0.0		* 黄パプリカ			5.00	3.02	Kg	
4	0.5	0.5	0.0	0.0	0.0	0.0	0.5	30	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		* A かにかまフレーク			5.50	2.99	Kg	
5	0.0	0.0	0.0	0.5	0.0	0.5	0.0	0	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.0		* なたね油			0.50	0.27	Kg	
0	0.0	0.0	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		* A こいくちしょうゆ			0.20	0.11	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	
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 缶入			0.01	0.01	Kg	
61	3.5	0.0	3.5	2.1	0.0	2.1	7.0	325	50	18	0.5	0.3	84	0.03	0.02	4	1.2	0.8		[なめこ汁]						
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 木綿豆腐			20.00	10.88	Kg	
15	0.8	0.0	0.8	1.2	0.0	1.2	0.3	0	15	7	0.2	0.1	0	0.00	0.00	0	0.1	0.0		* A 油揚げ(カット)			5.00	2.72	Kg	
2	0.2	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.5	0	0	1	0.1	0.1	0	0.01	0.01	0	0.3	0.0		* なめこ			10.00	5.44	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	2	0.0	0.3		* にんじん			10.00	5.61	Kg	
4	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			20.00	12.08	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	2.89	Kg	
20	0.9	0.0	0.9	0.1	0.0	0.1	3.8	315	0	0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.0	0.8		* A 合わせみそ			10.50	5.71	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		A 煮干(だし用)			3.00	1.63	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		A 水			120.00	65.25	Kg	
31	0.5	0.0	0.5	0.1	0.0	0.1	8.2	1	14	7	0.1	0.1	57	0.07	0.02	22	0.7	0.0		[みかん]						
31	0.5	0.0	0.5	0.1	0.0	0.1	8.2	1	14	7	0.1	0.1	57	0.07	0.02	22	0.7	0.0		* みかん S	1.00	個	68.00	547.00	個	
677	23.4	10.7	12.7	19.6	10.6	9.0	99.8	738	330	98	2.4	3.3	249	0.72	0.51	83	6.2	1.8		* 熱加工による損耗計算値						
640	24.0	12.0	12.0	21.3			0.0	945	350	80	3.0	2.0	170	0.40	0.40	20	5.0	2.4		単 純 合 計 値			702.32	25,615.26	穀 類 42.4 %	
																					基 準 合 計 値			1,280.77	26,896.03	た ん 白 質 13.8 %
																								0.00	26,896.03	脂 質 26.1 %
																										動物たん白質 45.7 %