

学校種	小学校
地区	南地区

月間栄養価一覧表

6 月分

※たんぱく質エネルギー比は16.5%、脂肪エネルギー比は25%とした

学校種	小学校
-----	-----

地区	南地区
----	-----

月間栄養価一覧表

6月分

※たんぱく質エネルギー比は16.5%、脂肪エネルギー比は25%とした

日 付	曜 日	献立名														一人分量 食塩相当量 g
		I社キ- kcal	たんぱく質 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	レチノール活性当量 μg	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	
		566	28.8	15.7	79.3	907	428	90	3.3	2.7	259	0.46	0.46	13	5.2	2.5
19	木	米飯 牛乳 アジの葉味だれ キャベツのおかかあえ かきたま汁														449.50
		614	27.3	18.7	87.2	699	308	83	1.8	2.9	150	0.53	0.53	21	1.8	1.7
20	金	食パン 牛乳 ポークビーンズ オムレツ 大根サラダ ジャム														523.67
		605	26.7	18.9	87.5	932	319	93	2.3	2.7	226	0.52	0.55	27	9.5	2.4
23	月	米飯 牛乳 白身魚のお茶揚げ チンゲンサイの煮びたし つみれ汁														463.80
		600	28.4	17.9	85.9	717	317	132	2.1	2.8	180	0.54	0.48	19	2.8	1.8
24	火	米飯 牛乳 豚丼 切り干し大根のハリハリ漬け すまし汁 オレンジ														500.30
		572	27.7	14.0	91.2	720	348	98	1.9	3.3	239	0.83	0.51	23	5.0	1.7
25	水	ナン 牛乳 キーマカレー マカロニスープ フルーツポンチ														536.22
		615	28.9	17.0	93.3	1198	306	77	3.2	2.5	200	0.57	0.58	52	7.9	3.1
26	木	米飯 牛乳 高野豆腐の卵とじ 大根とツナの煮物 じゃがいもの味噌汁														509.30
		601	28.1	16.7	88.2	921	342	91	2.9	3.3	191	0.55	0.56	22	5.6	2.3
27	金	コッペパン 牛乳 鶏肉のトマト煮 豆とキャベツのサラダ ポテトスープ														526.46
		594	31.2	21.7	73.5	1049	306	84	1.8	2.5	177	0.41	0.52	35	7.5	2.8
30	月	米飯 牛乳 豚肉のスタミナ焼き キャベツの甘酢あえ 切り干し大根の味噌汁														476.38
		584	29.7	16.4	87.1	745	314	93	2.1	3.3	162	0.84	0.48	22	3.6	1.9
0																
0																
一日あたり の平均		599	27.2	17.9	86.9	844	342	98	3.1	2.9	192	0.57	0.51	24	5.2	2.1
基準値		650	27.6	18.1	—	—	350	50	3.0	2.0	200	0.40	0.40	25	4.5	1.9
充足率(%)		92	99	99			98	196	102	145	96	142	127	98	116	112