

7417年度4月27(中于仅)																					
			立 名	T Ż II. t * _	t- 6 I-	ぱく唇	1125年		ナトロウム	カルミウム こ	フガラミ・ウル	全生	而鉛	ビタミン				食塩	食物		
日	曜	. 対		14//4	たんはく貝		旭貝) KOOA	עליפטונגו	マクネシリム	亚大	947.3ED	Α	B1	B2	С	相当量	繊維		i
				kcal	g	%	g	%	mg	mg	mg	mg	mg	μgRAE	mg	mg	mg	g	g		
11	金	ごはん 牛乳 味噌ラーメン 和風クリーミードレッシング	大根サラダ	692	18.1	13.1	11.1	28.1	1026	272	70	1.3	2.9	137	0.39	0.55	15	2.6	2.7		
14	月	ごはん 牛乳 若竹汁 豚肉の)生姜炒め	667	29.2	18.0	16.3	25.5	916	367	98	3.8	4.3	143	0.68	0.85	8	2.2	2.1		
15	火	アップルパインコッペパン 飲むヨーグルト(ジョア・ストロベリー) ハッシュドボーク ボロニアカツ		693	17.5	15.5	8.7	27.8	1360	737	50	3.7	1.9	192	1.01	0.87	8	3.3	4.3		
16	水			647	22.5	13.4	15.0	31.9	1114	394	77	6.5	3.6	270	0.71	0.61	30	2.7	9.8		
17	木			676	14.9	15.9	12.2	31.0	1398	298	80	1.7	3.1	290	0.97	0.72	13	3.7	4.6		
18	金			665	20.8	18.5	10.8	19.4	1232	326	106	8.9	3.3	270	0.34	0.53	19	3.1	3.6		
21	月	ごはん 牛乳 中華丼 ポーク焼売 (2個)		657	21.3	17.8	12.5	21.8	670	296	85	1.7	3.8	261	0.71	0.70	19	1.6	3.9		
22	火	切り目入り減量コッペパン 牛乳 焼きそば チキンサラダ 柑橘ドレッシング		692	26.5	16.6	20.9	30.4	1603	319	86	1.5	2.8	224	0.88	0.88	30	4.0	4.4		
23	水	ごはん 飲むヨーゲルト(ジョア・ブルーベリー) 豚肉とさつま芋の煮物 サワラの味噌漬け		672	12.2	15.5	3.4	13.9	494	286	88	2.3	4.1	140	0.45	0.58	22	1.4	6.1		
24	木	キャベツとウインナーのスープ 菜の花コロッケ		676	19.7	13.5	17.3	37.8	1295	335	74	2.1	2.4	250	0.89	0.76	37	3.1	5.5		
25	金	ごはん 牛乳 春野菜のカレーライス フルーツミックス		704	20.3	11.6	15.2	18.3	941	297	126	3.6	2.9	227	0.30	0.43	43	2.3	7.4		
28	月	ごはん 牛乳 たけのこの味噌汁 豚そぼろ丼		698	22.9	14.2	17.0	23.7	1102	323	83	2.5	4.2	272	0.53	0.52	11	2.7	3.4		
30	水			697	17.0	13.9	10.7	22.5	943	310	79	1.7	3.1	197	0.38	0.56	10	2.2	2.3		
			1 食 平 均	680	20.2	15%	13.2	26%	1084	351	85	3.2	3.3	221	0.63	0.66	20	2.7	4.6		
			中学校基準量	830		摂取エネル ギー全体の 13~20%		摂取エネル ギー全体の 20~30%	984	450	120	4.5	3.0	300	0.50	0.60	35	2.5未満	7以上		
	111 14 15 16 17 18 21 22 23 24 25 28	14 月 15 火 16 水 17 木 18 金 21 月 22 火 23 水 24 木 25 金 月	11 金 ごはん 牛乳 味噌ラーメン 和風クリーミードレッシング 14 月 ごはん 牛乳 若竹汁 豚肉の ハッシュドボーク ボロニアガ ボロニアガ 本 照り焼きハンバーグ 18 金 かかめごはん 牛乳 鶏すき腫 サケの甘塩焼き 21 月 ごはん 牛乳 中華丼 ポーク焼売 (2個) 22 火 切り目入り減量 コ 樹ドレッシン 水 豚肉とさつま芋の煮物 サワラ オャベツとウィンナーのステングン菜とハムのソテー 金 ごはん 牛乳 春野菜のカレーフルーツミックス 28 月 ごはん 牛乳 たけのこの味噌	11 金 ごはん 牛乳 味噌ラーメン 大根サラダ 和風クリーミードレッシング 14 月 ごはん 牛乳 若竹汁 豚肉の生姜炒め 15 火 アップ・川・ゲンフッペ・ドン 飲むヨーグルト (ジョア・ストロベリー) ハッシュドボーク ボロニアカツ 16 水 米粉コッペパン 牛乳 ベーコンの洋風煮 コーングラタン 17 木 照り焼きハンバーグ 18 金 わかめごはん 牛乳 鶏すき風煮 サケの甘塩焼き 21 月 ごはん 牛乳 中華丼 ボーク焼売 (2個) 22 火 切り目入り減量コッペパン 牛乳 焼きそば チキンサラダ 柑橘ドレッシング 23 水 豚肉とさつま芋の煮物 サワラの味噌漬け 切り目入りバターラずまきパン 牛乳 キャベッとウインナーのスープ 菜の花コロッケ チンゲン菜とハムのソテー 25 金 フルーツミックス 28 月 ごはん 牛乳 たけのこの味噌汁 豚そぼろ丼 30 水 味付け海苔 1 食 平 均	Real	RK	日 曜	RK	REA	Real Na	Recal g % g % g mg m	Real 1	Table Max 12 名 Max 12 名 Max 14 名 Max 15 A Max 15 名 Max 15 A Max 15 A	日 性 版 立 名 kcal g % g % mg	日 曜 版 立 名	日 曜 献 立 名 江村** たんぱく質 態質 ナトリンム アルシッム ダクネシッム 鉄 亜鉛 A B1 mg mg mg mg mg mg mg m	日 曜 献 立 名 は 立 名 は で たんぱく	日 軽 献 立 名 13計で たんぱく質 15両 カレッシュ マクキシの	日 製	日 製	日 日 日 日 日 日 日 日 日本

※エネルギー比は八訂の算出方法に基づいて計算されています。