

献立明細表 令和 8年 5月 1日 金曜日 [県南青少年の家] ページ:1

食品コード	食品名	給与量 g	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g
<b>朝食</b>							
1083	<b>ご飯</b> 米, 精白米	75	257	4.6	0.7	58.2	0.0
6207	<b>みそ汁</b> にら, 生	6	1	0.1	0.0	0.2	0.0
4032	木綿豆腐	15	11	1.1	0.7	0.2	0.0
17028	だし, 顆粒風味調味料	0.5	1	0.1	0.0	0.2	0.2
17045	淡色辛みそ, 米みそ	7	13	0.9	0.4	1.5	0.9
18502	<b>オムレツ</b> マル得オムレツ	50	76	5.4	4.6	3.2	0.6
6061	<b>サラダ</b> キャベツ, 生	30	7	0.4	0.0	1.6	0.0
6315	サニーレタス, 生	8	1	0.1	0.0	0.3	0.0
11176	<b>ロースハム</b> ロースハム	25	53	4.7	3.6	0.5	0.6
1063	<b>スパゲティのオーロラサラダ</b> マカロニ・スパゲッティ, 乾	10	35	1.3	0.2	7.3	0.0
6065	きゅうり, 生	7	1	0.1	0.0	0.2	0.0
6153	たまねぎ, 生	6	2	0.1	0.0	0.5	0.0
6212	にんじん, 皮つき, 生	6	2	0.0	0.0	0.6	0.0
17042	マヨネーズ, 全卵型	7	47	0.1	5.3	0.3	0.1
17036	ケチャップ	3.5	4	0.1	0.0	1.0	0.1
17012	食塩	0.2	0	0.0	0.0	0.0	0.2
17064	こしょう, 白, 粉	0.1	0	0.0	0.0	0.1	0.0
19004	<b>ふりかけ(さけ)</b> さけふりかけ	2.5	11	0.5	0.6	1.1	0.3
13026	<b>ヨーグルト</b> ヨーグルト, 脱脂加糖	70	46	3.0	0.1	8.3	0.1
6508	<b>漬物</b> 漬物	5	4	0.1	0.0	0.8	0.2
<b>5月 1日(金) 朝食 合計給与量</b>		333.8	572	22.7	16.2	86.1	3.3
<b>昼食</b>							
1083	<b>ビビンバ風丼</b> 米, 精白米	80	274	4.9	0.7	62.1	0.0
11163	豚ひき肉	45	94	8.0	7.7	0.0	0.0
14006	調合油	1	9	0.0	1.0	0.0	0.0
17502	焼肉のたれ	10	14	0.6	0.1	2.7	0.9
6267	ほうれんそう, 生	30	5	0.7	0.1	0.9	0.0
17030	めんつゆ, 三倍濃厚	2	2	0.1	0.0	0.4	0.2
6291	りよくとうもやし, 生	30	5	0.5	0.0	0.7	0.0
14002	ごま油	1.5	13	0.0	1.5	0.0	0.0
17008	うすくちしょうゆ	1	1	0.1	0.0	0.1	0.2
17012	食塩	0.2	0	0.0	0.0	0.0	0.2
5503	ごま, いり(白)	0.2	1	0.0	0.1	0.0	0.0
6212	にんじん, 皮つき, 生	10	4	0.1	0.0	0.9	0.0
17015	穀物酢	2	1	0.0	0.0	0.0	0.0
3003	車糖, 上白糖	1	4	0.0	0.0	1.0	0.0
6061	<b>スープ</b> キャベツ, 生	10	2	0.1	0.0	0.5	0.0
8001	えのきたけ	10	3	0.3	0.0	0.8	0.0
17093	だし, 顆粒中華	2	4	0.3	0.0	0.7	1.0
17012	食塩	0.2	0	0.0	0.0	0.0	0.2
17064	こしょう, 白, 粉	0.1	0	0.0	0.0	0.1	0.0
18010	<b>白身魚フライ</b> 白身フライ, 冷凍	50	74	5.8	1.4	9.7	0.5
14006	調合油	3	27	0.0	3.0	0.0	0.0
6061	キャベツ, 生	30	7	0.4	0.0	1.6	0.0
6315	サニーレタス, 生	8	1	0.1	0.0	0.3	0.0
6086	<b>小松菜のなめたけ和え</b> こまつな, 生	17	2	0.3	0.0	0.4	0.0

献立明細表 令和 8年 5月 1日 金曜日 [県南青少年の家] ページ:2

食品コード	食品名	給与量 g	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g
6291	りょくとうもやし, 生	20	3	0.4	0.0	0.5	0.0
6212	にんじん, 皮つき, 生	6	2	0.0	0.0	0.6	0.0
8003	えのきたけ, 味付け瓶詰	10	8	0.4	0.0	1.7	0.4
17030	めんつゆ, 三倍濃厚	2.5	2	0.1	0.0	0.5	0.2
	<b>フルーツ(キウイフルーツ)</b>						
7054	キウイフルーツ	40	20	0.4	0.1	5.4	0.0
<b>5月 1日(金) 昼 食 合計給与量</b>		422.7	582	23.6	15.7	91.6	3.8
<b>夕食</b>							
	<b>ご飯</b>						
1083	米, 精白米	75	257	4.6	0.7	58.2	0.0
	<b>みそ汁</b>						
6132	大根, 根, 皮つき, 生	12	2	0.1	0.0	0.5	0.0
8021	なめこ, ゆで	12	3	0.2	0.0	0.6	0.0
6226	根深ねぎ, 生	3	1	0.0	0.0	0.2	0.0
17028	だし, 顆粒風味調味料	0.5	1	0.1	0.0	0.2	0.2
17045	淡色辛みそ, 米みそ	7	13	0.9	0.4	1.5	0.9
	<b>豚肉のスタミナ炒め</b>						
11130	豚もも, 脂身付, 大型種	80	137	16.4	8.2	0.2	0.1
6153	たまねぎ, 生	15	5	0.2	0.0	1.3	0.0
6207	にら, 生	5	1	0.1	0.0	0.2	0.0
14006	調合油	1.5	13	0.0	1.5	0.0	0.0
17076	にんにくおろし, チューブ	0.5	1	0.0	0.0	0.2	0.0
17069	しょうが, おろし, チューブ	0.5	0	0.0	0.0	0.0	0.0
17502	焼肉のたれ	15	21	0.8	0.2	4.0	1.3
	<b>サラダ</b>						
6061	キャベツ, 生	30	7	0.4	0.0	1.6	0.0
6315	サニーレタス, 生	8	1	0.1	0.0	0.3	0.0
	<b>きゅうりとささみの梅和え</b>						
11229	ささ身, ゆで, 若鶏	20	24	5.9	0.2	0.0	0.0
6065	きゅうり, 生	8	1	0.1	0.0	0.2	0.0
6291	りょくとうもやし, 生	15	2	0.3	0.0	0.4	0.0
7024	梅びしお	3	6	0.0	0.0	1.4	0.2
17007	こいくちしょうゆ	1	1	0.1	0.0	0.1	0.1
17054	みりん風調味料	1.5	3	0.0	0.0	0.8	0.0
3003	車糖, 上白糖	1.5	6	0.0	0.0	1.5	0.0
	<b>ポークビーンズ</b>						
11186	ウインナー	20	64	2.3	6.1	0.7	0.4
2017	じゃがいも, 生	50	30	0.9	0.1	8.7	0.0
6153	たまねぎ, 生	40	13	0.4	0.0	3.4	0.0
6212	にんじん, 皮つき, 生	15	5	0.1	0.0	1.4	0.0
4024	だいち, 国産, ゆで	15	24	2.2	1.5	1.3	0.0
6025	グリーンピース, 冷凍	5	4	0.3	0.0	0.9	0.0
17027	だし, 固形コンソメ	0.5	1	0.0	0.0	0.2	0.2
17036	ケチャップ	10	10	0.2	0.0	2.8	0.3
17001	ウスターソース	5	6	0.1	0.0	1.4	0.4
3003	車糖, 上白糖	1.5	6	0.0	0.0	1.5	0.0
17012	食塩	0.1	0	0.0	0.0	0.0	0.1
17064	こしょう, 白, 粉	0.1	0	0.0	0.0	0.1	0.0
17078	パセリ, 乾	0.1	0	0.0	0.0	0.1	0.0
	<b>フルーツ(オレンジ)</b>						
7041	バレンシアオレンジ	40	17	0.4	0.0	3.9	0.0
	<b>漬物</b>						
6508	漬物	5	4	0.1	0.0	0.8	0.2
<b>5月 1日(金) 夕食 合計給与量</b>		522.3	690	37.3	18.9	100.6	4.4
<b>5月 1日(金) 一日合計給与量</b>		1278.8	1844	83.6	50.8	278.3	11.5
<b>基準量 給与率%</b>							

献立明細表 令和 8年 5月 2日 土曜日 [県南青少年の家] ページ:3

食品コード	食品名	給与量 g	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g
<b>朝食</b>							
<b>ご飯</b>							
1083	米, 精白米	75	257	4.6	0.7	58.2	0.0
<b>みそ汁</b>							
6267	ほうれんそう, 生	12	2	0.3	0.0	0.4	0.0
4040	油揚げ	4	15	0.9	1.4	0.0	0.0
17028	だし, 顆粒風味調味料	0.5	1	0.1	0.0	0.2	0.2
17045	淡色辛みそ, 米みそ	7	13	0.9	0.4	1.5	0.9
<b>鮭の塩焼き</b>							
10134	しろさけ, 生, 切り身	35	43	7.8	1.4	0.0	0.1
17012	食塩	0.2	0	0.0	0.0	0.0	0.2
<b>サラダ</b>							
6061	キャベツ, 生	30	7	0.4	0.0	1.6	0.0
6315	サニーレタス, 生	8	1	0.1	0.0	0.3	0.0
<b>厚焼卵</b>							
12018	厚焼きたまご	40	58	4.2	3.7	2.6	0.5
<b>切干大根のツナマヨサラダ</b>							
6065	きゅうり, 生	8	1	0.1	0.0	0.2	0.0
6136	切干しだいこん	6	17	0.6	0.0	4.2	0.0
9050	ほしひじき, ステンレス釜, 乾	2.5	5	0.2	0.1	1.5	0.1
10263	まぐろ缶詰, 油漬, フレーク, ライト	10	27	1.8	2.2	0.0	0.1
17042	マヨネーズ, 全卵型	8	53	0.1	6.1	0.3	0.2
17007	こいくちしょうゆ	3	2	0.2	0.0	0.2	0.4
17028	だし, 顆粒風味調味料	0.8	2	0.2	0.0	0.2	0.3
3003	車糖, 上白糖	0.8	3	0.0	0.0	0.8	0.0
5503	ごま, いり(白)	0.1	1	0.0	0.1	0.0	0.0
<b>納豆</b>							
4046	糸引き納豆	20	37	3.3	2.0	2.4	0.0
<b>ヨーグルト</b>							
13026	ヨーグルト, 脱脂加糖	70	46	3.0	0.1	8.3	0.1
<b>漬物</b>							
6508	漬物	5	4	0.1	0.0	0.8	0.2
<b>5月 2日(土) 朝食 合計給与量</b>		345.9	595	28.9	18.2	83.7	3.3
<b>昼食</b>							
<b>山菜なめこうどん</b>							
1039	うどん, ゆで	140	133	3.6	0.6	30.2	0.4
8021	なめこ, ゆで	15	3	0.2	0.0	0.8	0.0
6506	山菜水煮	20	0	0.0	0.0	0.0	0.0
6226	根深ねぎ, 生	5	2	0.1	0.0	0.4	0.0
10379	蒸しかまぼこ	10	9	1.2	0.1	1.0	0.3
17030	めんつゆ, 三倍濃厚	15	15	0.7	0.0	3.0	1.5
<b>わかめご飯</b>							
1083	米, 精白米	60	205	3.7	0.5	46.6	0.0
9502	わかめごはんの素	2	3	0.4	0.1	0.8	0.5
<b>しゅうまいの野菜あんかけ</b>							
18012	しゅうまい, 冷凍	54	103	4.9	5.0	10.5	0.7
6207	にら, 生	10	2	0.2	0.0	0.4	0.0
6247	赤ピーマン, 生	6	2	0.1	0.0	0.4	0.0
8011	生しいたけ	10	2	0.3	0.0	0.5	0.0
6226	根深ねぎ, 生	6	2	0.1	0.0	0.5	0.0
17093	だし, 顆粒中華	1	2	0.1	0.0	0.4	0.5
17008	うすくちしょうゆ	1	1	0.1	0.0	0.1	0.2
17012	食塩	0.2	0	0.0	0.0	0.0	0.2
17064	こしょう, 白, 粉	0.1	0	0.0	0.0	0.1	0.0
2034	かたくり粉	3	10	0.0	0.0	2.4	0.0
<b>アスパラガスの中華和え</b>							
6007	アスパラガス, 生	15	3	0.4	0.0	0.6	0.0
6291	りょくとうもやし, 生	18	3	0.3	0.0	0.4	0.0
6212	にんじん, 皮つき, 生	5	2	0.0	0.0	0.5	0.0
11176	ロースハム	8	17	1.5	1.2	0.2	0.2

献立明細表 令和 8年 5月 2日 土曜日 [県南青少年の家] ページ:4

食品コード	食品名	給与量 g	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g
17506	中華ドレッシング	5	5	0.2	0.1	0.9	0.4
	<b>ぶどうゼリー</b>						
15501	ぶどうゼリー	75	52	0.1	0.1	14.0	0.0
<b>5月 2日(土) 昼 食 合計給与量</b>		484.3	576	18.2	7.7	114.7	4.9
<b>夕 食</b>							
	<b>ご飯</b>						
1083	米, 精白米	75	257	4.6	0.7	58.2	0.0
	<b>みそ汁</b>						
8016	ぶなしめじ	12	3	0.3	0.1	0.6	0.0
6153	たまねぎ, 生	12	4	0.1	0.0	1.0	0.0
4502	高野豆腐(細)	0.5	2	0.3	0.2	0.0	0.0
17028	だし, 顆粒風味調味料	0.5	1	0.1	0.0	0.2	0.2
17045	淡色辛みそ, 米みそ	7	13	0.9	0.4	1.5	0.9
	<b>鶏肉のマーマレード焼き</b>						
11221	鶏もも, 皮つき, 若鶏	100	190	16.6	14.2	0.0	0.2
17069	しょうが, おろし, チューブ	0.8	0	0.0	0.0	0.1	0.0
17076	にんにくおろし, チューブ	0.8	1	0.0	0.0	0.3	0.0
7047	マーマレード, 低糖度	12	23	0.0	0.0	5.7	0.0
17007	こいくちしょうゆ	6	5	0.5	0.0	0.5	0.9
16023	料理酒	1.5	2	0.0	0.0	0.1	0.0
17054	みりん風調味料	1.5	3	0.0	0.0	0.8	0.0
	<b>サラダ</b>						
6061	キャベツ, 生	30	7	0.4	0.0	1.6	0.0
6315	サニーレタス, 生	8	1	0.1	0.0	0.3	0.0
	<b>きんぴらごぼう</b>						
6084	ごぼう, 生	20	12	0.4	0.0	3.1	0.0
6212	にんじん, 皮つき, 生	8	3	0.1	0.0	0.7	0.0
2005	しらたき	15	1	0.0	0.0	0.5	0.0
14002	ごま油	1.5	13	0.0	1.5	0.0	0.0
17028	だし, 顆粒風味調味料	0.3	1	0.1	0.0	0.1	0.1
17054	みりん風調味料	3	7	0.0	0.0	1.7	0.0
16023	料理酒	1.5	2	0.0	0.0	0.1	0.0
17007	こいくちしょうゆ	2.5	2	0.2	0.0	0.2	0.4
5503	ごま, いら(白)	0.1	1	0.0	0.1	0.0	0.0
	<b>八宝菜</b>						
11501	豚小間	20	47	3.8	3.2	0.0	0.0
6061	キャベツ, 生	45	10	0.5	0.0	2.3	0.0
6212	にんじん, 皮つき, 生	10	4	0.1	0.0	0.9	0.0
8039	生しいたけ, 菌床	8	2	0.2	0.0	0.5	0.0
6150	たけのこ, ゆで	20	6	0.7	0.0	1.1	0.0
6245	青ピーマン, 生	10	2	0.1	0.0	0.5	0.0
10501	シーフードミックス	40	25	5.4	0.3	0.2	0.3
12003	うずら卵水煮缶詰	10	16	1.1	1.4	0.1	0.1
14002	ごま油	1.5	13	0.0	1.5	0.0	0.0
17093	だし, 顆粒中華	1.5	3	0.2	0.0	0.5	0.7
16023	料理酒	1.5	2	0.0	0.0	0.1	0.0
17008	うすくちしょうゆ	6	4	0.3	0.0	0.3	1.0
3003	車糖, 上白糖	1.5	6	0.0	0.0	1.5	0.0
17012	食塩	0.1	0	0.0	0.0	0.0	0.1
2034	かたくり粉	3	10	0.0	0.0	2.4	0.0
	<b>フルーツ(グレープフルーツ)</b>						
7062	グレープフルーツ	30	12	0.3	0.0	2.9	0.0
	<b>漬物</b>						
6508	漬物	5	4	0.1	0.0	0.8	0.2
<b>5月 2日(土) 夕 食 合計給与量</b>		532.6	720	37.5	23.6	91.4	5.1
<b>5月 2日(土) 一日合計給与量</b>		1362.8	1891	84.6	49.5	289.8	13.3
<b>基準量 給与率%</b>							

献立明細表 令和 8年 5月 3日 日曜日 [県南青少年の家] ページ:5

食品コード	食品名	給与量 g	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g
<b>朝食</b>							
1083	<b>ご飯</b> 米, 精白米	75	257	4.6	0.7	58.2	0.0
6132	<b>みそ汁</b> 大根, 根, 皮つき, 生	10	2	0.1	0.0	0.4	0.0
4501	ミニ絹厚揚げ	10	14	1.1	1.1	0.1	0.0
6228	こねぎ, 生	3	1	0.1	0.0	0.2	0.0
17028	だし, 顆粒風味調味料	0.5	1	0.1	0.0	0.2	0.2
17045	淡色辛みそ, 米みそ	7	13	0.9	0.4	1.5	0.9
18511	<b>野菜コロッケ</b> 野菜コロッケ	70	115	3.2	3.4	17.7	0.5
14006	調合油	3	27	0.0	3.0	0.0	0.0
6061	<b>サラダ</b> キャベツ, 生	30	7	0.4	0.0	1.6	0.0
6315	サニーレタス, 生	8	1	0.1	0.0	0.3	0.0
11186	<b>ポイルウインナー</b> ウインナー	40	128	4.6	12.2	1.3	0.8
17036	ケチャップ	3	3	0.0	0.0	0.8	0.1
9050	<b>ひじきの煮物</b> ほしひじき, ステンレス釜, 乾	3	5	0.3	0.1	1.8	0.1
6212	にんじん, 皮つき, 生	8	3	0.1	0.0	0.7	0.0
2005	しらたき	10	1	0.0	0.0	0.3	0.0
10386	さつま揚げ	10	12	1.1	0.2	1.3	0.2
4024	だいず, 国産, ゆで	3	5	0.4	0.3	0.3	0.0
17007	こいくちしょうゆ	4	3	0.3	0.0	0.3	0.6
3003	車糖, 上白糖	1.5	6	0.0	0.0	1.5	0.0
17054	みりん風調味料	2	5	0.0	0.0	1.1	0.0
9005	<b>海苔</b> 味付けのり	2	6	0.8	0.1	0.8	0.1
13026	<b>ヨーグルト</b> ヨーグルト, 脱脂加糖	70	46	3.0	0.1	8.3	0.1
6508	<b>漬物</b> 漬物	5	4	0.1	0.0	0.8	0.2
<b>5月 3日(日) 朝食 合計給与量</b>		378.0	665	21.3	21.6	99.5	3.8
<b>昼食</b>							
1083	<b>五目ご飯</b> 米, 精白米	60	205	3.7	0.5	46.6	0.0
1501	もち米	20	71	1.2	0.2	15.4	0.0
19002	いなり五目釜飯の素	25	52	2.1	3.2	3.8	1.3
9501	刻み海苔	0.1	0	0.0	0.0	0.0	0.0
6153	<b>すまし汁</b> たまねぎ, 生	10	3	0.1	0.0	0.8	0.0
8011	生しいたけ	10	2	0.3	0.0	0.5	0.0
1502	白玉麩	1	4	0.3	0.0	0.6	0.0
17028	だし, 顆粒風味調味料	0.5	1	0.1	0.0	0.2	0.2
17008	うすくちしょうゆ	1.5	1	0.1	0.0	0.1	0.2
17012	食塩	0.1	0	0.0	0.0	0.0	0.1
11221	<b>鶏肉の磯辺揚げ</b> 鶏もも, 皮つき, 若鶏	80	152	13.3	11.4	0.0	0.2
17007	こいくちしょうゆ	4	3	0.3	0.0	0.3	0.6
16023	料理酒	1.5	2	0.0	0.0	0.1	0.0
17069	しょうが, おろし, チューブ	0.5	0	0.0	0.0	0.0	0.0
17076	にんにくおろし, チューブ	0.5	1	0.0	0.0	0.2	0.0
9001	あおさ, 素干し	0.3	1	0.1	0.0	0.1	0.0
2034	かたくり粉	4	14	0.0	0.0	3.3	0.0
14006	調合油	2	18	0.0	2.0	0.0	0.0
6061	キャベツ, 生	30	7	0.4	0.0	1.6	0.0
6315	サニーレタス, 生	8	1	0.1	0.0	0.3	0.0
4032	<b>豆腐チャンプルー</b> 木綿豆腐	40	29	2.8	2.0	0.6	0.0

献立明細表 令和 8年 5月 3日 日曜日 [県南青少年の家] ページ:6

食品コード	食品名	給与量 g	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g
11501	豚小間	15	35	2.9	2.4	0.0	0.0
6212	にんじん, 皮つき, 生	6	2	0.0	0.0	0.6	0.0
6207	にら, 生	6	1	0.1	0.0	0.2	0.0
17069	しょうが, おろし, チューブ	0.5	0	0.0	0.0	0.0	0.0
14002	ごま油	2	18	0.0	2.0	0.0	0.0
16023	料理酒	1.5	2	0.0	0.0	0.1	0.0
17054	みりん風調味料	2	5	0.0	0.0	1.1	0.0
17007	こいくちしょうゆ	2	2	0.2	0.0	0.2	0.3
17012	食塩	0.1	0	0.0	0.0	0.0	0.1
17064	こしょう, 白, 粉	0.1	0	0.0	0.0	0.1	0.0
	<b>フルーチェ</b>						
15505	フルーチェ(イチゴ)	30	24	0.0	0.0	6.1	0.1
13003	普通牛乳	30	18	1.0	1.1	1.4	0.0
<b>5月 3日(日) 昼 食 合計給与量</b>		394.2	674	29.1	24.8	84.3	3.1
<b>夕食</b>							
	<b>ご飯</b>						
1083	米, 精白米	75	257	4.6	0.7	58.2	0.0
	<b>みそ汁</b>						
6033	オクラ, ゆで	10	3	0.2	0.0	0.8	0.0
4032	木綿豆腐	10	7	0.7	0.5	0.2	0.0
9040	わかめ, 乾燥, 素干し	0.2	0	0.0	0.0	0.1	0.0
17028	だし, 顆粒風味調味料	0.5	1	0.1	0.0	0.2	0.2
17045	淡色辛みそ, 米みそ	7	13	0.9	0.4	1.5	0.9
	<b>さわらの香草パン粉焼き</b>						
10171	さわら, 生, 切り身	70	113	14.1	6.8	0.1	0.1
17012	食塩	0.2	0	0.0	0.0	0.0	0.2
17064	こしょう, 白, 粉	0.1	0	0.0	0.0	0.1	0.0
17042	マヨネーズ, 全卵型	3	20	0.0	2.3	0.1	0.1
1079	パン粉, 乾燥	5	17	0.7	0.2	3.4	0.1
17518	マジックソルト	0.6	1	0.0	0.0	0.2	0.3
	<b>サラダ</b>						
6061	キャベツ, 生	30	7	0.4	0.0	1.6	0.0
6315	サニーレタス, 生	8	1	0.1	0.0	0.3	0.0
	<b>切干大根のペペロンチーノ風</b>						
6136	切干しだいこん	3	8	0.3	0.0	2.1	0.0
6153	たまねぎ, 生	10	3	0.1	0.0	0.8	0.0
6249	黄ピーマン, 生	5	1	0.0	0.0	0.3	0.0
6247	赤ピーマン, 生	5	1	0.1	0.0	0.4	0.0
11183	ベーコン	8	20	1.2	1.6	0.3	0.2
14001	オリーブ油	1.5	13	0.0	1.5	0.0	0.0
17076	にんにくおろし, チューブ	0.5	1	0.0	0.0	0.2	0.0
17012	食塩	0.5	0	0.0	0.0	0.0	0.5
17064	こしょう, 白, 粉	0.1	0	0.0	0.0	0.1	0.0
	<b>ロールキャベツの野菜煮</b>						
18506	ロールキャベツ	70	66	0.0	0.0	0.0	0.0
6153	たまねぎ, 生	18	6	0.2	0.0	1.5	0.0
6212	にんじん, 皮つき, 生	7	2	0.0	0.0	0.7	0.0
8016	ぶなしめじ	15	4	0.4	0.1	0.7	0.0
17027	だし, 固形コンソメ	2	5	0.1	0.1	0.8	0.9
17012	食塩	0.2	0	0.0	0.0	0.0	0.2
17064	こしょう, 白, 粉	0.1	0	0.0	0.0	0.1	0.0
17078	パセリ, 乾	0.1	0	0.0	0.0	0.1	0.0
	<b>オレンジゼリー</b>						
15087	オレンジゼリー	75	60	1.6	0.1	14.9	0.0
	<b>漬物</b>						
6508	漬物	5	4	0.1	0.0	0.8	0.2
<b>5月 3日(日) 夕食 合計給与量</b>		445.6	634	25.9	14.3	90.6	3.9

**献立明細表 令和 8年 5月 3日 日曜日 [県南青少年の家] ページ:7**

食品コード	食品名	給与量 g	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g
5月 3日(日)	一日合計給与量	1217.8	1973	76.3	60.7	274.4	10.8
	基準量 給与率%						

献立明細表 令和 8年 5月 4日 月曜日 [県南青少年の家] ページ:8

食品コード	食品名	給与量 g	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g
<b>朝食</b>							
	<b>ご飯</b>						
1083	米, 精白米	75	257	4.6	0.7	58.2	0.0
	<b>みそ汁</b>						
6061	キャベツ, 生	15	3	0.2	0.0	0.8	0.0
4040	油揚げ	4	15	0.9	1.4	0.0	0.0
17028	だし, 顆粒風味調味料	0.5	1	0.1	0.0	0.2	0.2
17045	淡色辛みそ, 米みそ	7	13	0.9	0.4	1.5	0.9
	<b>チキンナゲット</b>						
11292	チキンナゲット	40	94	6.2	5.5	6.0	0.6
14006	調合油	3	27	0.0	3.0	0.0	0.0
17036	ケチャップ	1.5	2	0.0	0.0	0.4	0.0
	<b>サラダ</b>						
6061	キャベツ, 生	30	7	0.4	0.0	1.6	0.0
6315	サニーレタス, 生	8	1	0.1	0.0	0.3	0.0
	<b>蒸ししゅうまい</b>						
18514	しゅうまい(小)	30	65	2.8	3.4	5.8	0.4
	<b>春雨サラダ</b>						
2039	緑豆はるさめ, 乾	7	24	0.0	0.0	6.1	0.0
6065	きゅうり, 生	7	1	0.1	0.0	0.2	0.0
6212	にんじん, 皮つき, 生	6	2	0.0	0.0	0.6	0.0
6178	スイートコーン, カーネル, 冷凍	5	5	0.1	0.1	1.0	0.0
17515	イタリアンドレッシング	6	0	0.0	0.0	0.0	0.0
	<b>ふりかけ(たまご)</b>						
19005	たまごふりかけ	2.5	11	0.5	0.6	1.0	0.2
	<b>ヨーグルト</b>						
13026	ヨーグルト, 脱脂加糖	70	46	3.0	0.1	8.3	0.1
	<b>漬物</b>						
6508	漬物	5	4	0.1	0.0	0.8	0.2
<b>5月 4日(月) 朝食 合計給与量</b>		322.5	578	20.0	15.2	92.8	2.6
<b>昼食</b>							
	<b>焼きそば</b>						
1048	中華めん, ゆで	140	186	6.9	0.8	40.9	0.3
11501	豚小間	20	47	3.8	3.2	0.0	0.0
6212	にんじん, 皮つき, 生	8	3	0.1	0.0	0.7	0.0
6153	たまねぎ, 生	20	7	0.2	0.0	1.7	0.0
6061	キャベツ, 生	40	9	0.5	0.0	2.1	0.0
6291	りょくとうもやし, 生	30	5	0.5	0.0	0.7	0.0
6245	青ピーマン, 生	10	2	0.1	0.0	0.5	0.0
14006	調合油	3	27	0.0	3.0	0.0	0.0
17507	焼きそばソース	8	11	0.3	0.0	2.3	0.8
	<b>スープ</b>						
8001	えのきたけ	12	4	0.3	0.0	0.9	0.0
6207	にら, 生	6	1	0.1	0.0	0.2	0.0
17027	だし, 固形コンソメ	1.5	3	0.1	0.1	0.6	0.6
17012	食塩	0.2	0	0.0	0.0	0.0	0.2
17064	こしょう, 白, 粉	0.1	0	0.0	0.0	0.1	0.0
	<b>メンチカツ</b>						
18016	メンチカツ, 冷凍	60	118	5.9	4.3	13.8	0.7
14006	調合油	4	35	0.0	4.0	0.0	0.0
6061	キャベツ, 生	30	7	0.4	0.0	1.6	0.0
6315	サニーレタス, 生	8	1	0.1	0.0	0.3	0.0
	<b>大根サラダ</b>						
6132	大根, 根, 皮つき, 生	20	3	0.1	0.0	0.8	0.0
6212	にんじん, 皮つき, 生	6	2	0.0	0.0	0.6	0.0
6065	きゅうり, 生	6	1	0.1	0.0	0.2	0.0
9040	わかめ, 乾燥, 素干し	0.5	1	0.1	0.0	0.2	0.1
10263	まぐろ缶詰, 油漬, フレーク, ライト	8	21	1.4	1.7	0.0	0.1
17503	ごましょうゆドレッシング	8	12	0.2	0.8	0.9	0.4

献立明細表 令和 8年 5月 4日 月曜日 [県南青少年の家] ページ:9

食品コード	食品名	給与量 g	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g
7062	フルーツ(グレープフルーツ) グレープフルーツ	30	12	0.3	0.0	2.9	0.0
<b>5月 4日(月) 昼 食 合計給与量</b>		479.3	518	21.5	17.9	72.0	3.2
<b>夕食</b>							
<b>ご飯</b>							
1083	米, 精白米	75	257	4.6	0.7	58.2	0.0
<b>みそ汁</b>							
8021	なめこ, ゆで	12	3	0.2	0.0	0.6	0.0
4032	木綿豆腐	12	9	0.8	0.6	0.2	0.0
9040	わかめ, 乾燥, 素干し	0.2	0	0.0	0.0	0.1	0.0
17028	だし, 顆粒風味調味料	0.5	1	0.1	0.0	0.2	0.2
17045	淡色辛みそ, 米みそ	7	13	0.9	0.4	1.5	0.9
<b>チーズハンバーグ</b>							
18013	ハンバーグ, 冷凍	120	268	16.0	16.1	14.8	1.4
13040	プロセスチーズ	10	31	2.3	2.6	0.1	0.3
17078	パセリ, 乾	0.1	0	0.0	0.0	0.1	0.0
<b>サラダ</b>							
6061	キャベツ, 生	30	7	0.4	0.0	1.6	0.0
6315	サニーレタス, 生	8	1	0.1	0.0	0.3	0.0
<b>キャベツの塩昆布和え</b>							
6061	キャベツ, 生	20	5	0.2	0.0	1.0	0.0
6291	りょくとうもやし, 生	20	3	0.4	0.0	0.5	0.0
6212	にんじん, 皮つき, 生	6	2	0.0	0.0	0.6	0.0
9022	塩昆布	1.5	3	0.3	0.0	0.6	0.3
17030	めんつゆ, 三倍濃厚	3	3	0.1	0.0	0.6	0.3
14002	ごま油	1	9	0.0	1.0	0.0	0.0
5503	ごま, いり(白)	0.1	1	0.0	0.1	0.0	0.0
<b>がんも煮</b>							
4041	がんもどき	20	45	3.1	3.6	0.3	0.1
6212	にんじん, 皮つき, 生	15	5	0.1	0.0	1.4	0.0
8039	生しいたけ, 菌床	15	4	0.5	0.0	1.0	0.0
6084	ごぼう, 生	20	12	0.4	0.0	3.1	0.0
6151	たけのこ水煮缶詰	20	4	0.5	0.0	0.8	0.0
6318	れんこん, ゆで	20	13	0.3	0.0	3.2	0.0
6021	さやえんどう, ゆで	3	1	0.1	0.0	0.2	0.0
17028	だし, 顆粒風味調味料	1	2	0.2	0.0	0.3	0.4
17007	こいくちしょうゆ	6	5	0.5	0.0	0.5	0.9
17054	みりん風味調味料	2	5	0.0	0.0	1.1	0.0
3003	車糖, 上白糖	3	12	0.0	0.0	3.0	0.0
<b>りんごゼリー</b>							
15502	りんごゼリー	75	60	0.0	0.0	16.4	0.0
<b>漬物</b>							
6508	漬物	5	4	0.1	0.0	0.8	0.2
<b>5月 4日(月) 夕食 合計給与量</b>		531.4	788	32.2	25.1	113.1	5.0
<b>5月 4日(月) 一日合計給与量</b>		1333.2	1884	73.7	58.2	277.9	10.8
<b>基準量 給与率%</b>							

献立明細表 令和 8年 5月 5日 火曜日 [県南青少年の家] ページ:10

食品コード	食品名	給与量 g	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g
<b>朝食</b>							
	<b>ご飯</b>						
1083	米, 精白米	75	257	4.6	0.7	58.2	0.0
	<b>みそ汁</b>						
6132	大根, 根, 皮つき, 生	12	2	0.1	0.0	0.5	0.0
8016	ぶなしめじ	12	3	0.3	0.1	0.6	0.0
4502	高野豆腐(細)	0.5	2	0.3	0.2	0.0	0.0
17028	だし, 顆粒風味調味料	0.5	1	0.1	0.0	0.2	0.2
17045	淡色辛みそ, 米みそ	7	13	0.9	0.4	1.5	0.9
	<b>さばの照り焼き</b>						
10154	まさば, 生	35	74	7.2	5.9	0.1	0.1
17007	こいくちしょうゆ	3	2	0.2	0.0	0.2	0.4
17054	みりん風調味料	3	7	0.0	0.0	1.7	0.0
	<b>サラダ</b>						
6061	キャベツ, 生	30	7	0.4	0.0	1.6	0.0
6315	サニーレタス, 生	8	1	0.1	0.0	0.3	0.0
	<b>肉団子</b>						
18508	たれ付き肉団子	30	73	3.5	4.9	3.8	0.4
	<b>マカロニのケチャップ炒め</b>						
1063	マカロニ・スパゲッティ, 乾	10	35	1.3	0.2	7.3	0.0
6153	たまねぎ, 生	13	4	0.1	0.0	1.1	0.0
6245	青ピーマン, 生	4	1	0.0	0.0	0.2	0.0
10388	魚肉ソーセージ	6	9	0.7	0.4	0.8	0.1
14006	調合油	2	18	0.0	2.0	0.0	0.0
17036	ケチャップ	6	6	0.1	0.0	1.7	0.2
17012	食塩	0.1	0	0.0	0.0	0.0	0.1
17064	こしょう, 白, 粉	0.1	0	0.0	0.0	0.1	0.0
	<b>納豆</b>						
4046	糸引き納豆	20	37	3.3	2.0	2.4	0.0
	<b>ヨーグルト</b>						
13026	ヨーグルト, 脱脂加糖	70	46	3.0	0.1	8.3	0.1
	<b>漬物</b>						
6508	漬物	5	4	0.1	0.0	0.8	0.2
<b>5月 5日(火) 朝食 合計給与量</b>		352.2	602	26.3	16.9	91.4	2.7
<b>昼食</b>							
	<b>二色丼</b>						
1083	米, 精白米	80	274	4.9	0.7	62.1	0.0
11230	鶏ひき肉	45	77	7.9	5.4	0.0	0.0
14006	調合油	2	18	0.0	2.0	0.0	0.0
17007	こいくちしょうゆ	3	2	0.2	0.0	0.2	0.4
16023	料理酒	1.5	2	0.0	0.0	0.1	0.0
3003	車糖, 上白糖	2	8	0.0	0.0	2.0	0.0
17054	みりん風調味料	1	2	0.0	0.0	0.6	0.0
12501	錦糸卵	15	19	1.7	1.4	0.1	0.2
6505	紅生姜	3	1	0.0	0.0	0.1	0.2
	<b>すまし汁</b>						
6153	たまねぎ, 生	10	3	0.1	0.0	0.8	0.0
4501	ミニ絹厚揚げ	10	14	1.1	1.1	0.1	0.0
6226	根深ねぎ, 生	3	1	0.0	0.0	0.2	0.0
17028	だし, 顆粒風味調味料	0.5	1	0.1	0.0	0.2	0.2
17008	うすくちしょうゆ	1.5	1	0.1	0.0	0.1	0.2
17012	食塩	0.1	0	0.0	0.0	0.0	0.1
	<b>竹輪のカレー風味揚げ</b>						
10381	焼き竹輪	30	32	4.0	0.1	4.0	0.8
17061	カレー粉	0.5	2	0.1	0.1	0.3	0.0
1015	薄力粉, 1等	6	21	0.5	0.1	4.5	0.0
14006	調合油	3	27	0.0	3.0	0.0	0.0
6061	キャベツ, 生	30	7	0.4	0.0	1.6	0.0
6315	サニーレタス, 生	8	1	0.1	0.0	0.3	0.0

献立明細表 令和 8年 5月 5日 火曜日 [県南青少年の家] ページ:11

食品コード	食品名	給与量 g	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g
<b>ごぼうサラダ</b>							
6084	ごぼう, 生	30	17	0.5	0.0	4.6	0.0
6212	にんじん, 皮つき, 生	7	2	0.0	0.0	0.7	0.0
6072	みずな, 生	5	1	0.1	0.0	0.2	0.0
17042	マヨネーズ, 全卵型	6	40	0.1	4.6	0.2	0.1
17045	淡色辛みそ, 米みそ	2	4	0.3	0.1	0.4	0.2
17012	食塩	0.1	0	0.0	0.0	0.0	0.1
17064	こしょう, 白, 粉	0.1	0	0.0	0.0	0.1	0.0
5503	ごま, いり(白)	0.1	1	0.0	0.1	0.0	0.0
<b>プリン</b>							
15503	プリン	40	44	0.3	1.6	7.2	0.0
<b>5月 5日(火) 昼 食 合計給与量</b>		345.4	622	22.5	20.3	90.7	2.5
<b>夕食</b>							
<b>ご飯</b>							
1083	米, 精白米	75	257	4.6	0.7	58.2	0.0
<b>みそ汁</b>							
6086	こまつな, 生	12	2	0.2	0.0	0.3	0.0
8001	えのきたけ	10	3	0.3	0.0	0.8	0.0
17028	だし, 顆粒風味調味料	0.5	1	0.1	0.0	0.2	0.2
17045	淡色辛みそ, 米みそ	7	13	0.9	0.4	1.5	0.9
<b>鶏肉の南部焼き</b>							
11221	鶏もも, 皮つき, 若鶏	100	190	16.6	14.2	0.0	0.2
17007	こいくちしょうゆ	6	5	0.5	0.0	0.5	0.9
17054	みりん風味調味料	2	5	0.0	0.0	1.1	0.0
16023	料理酒	1.5	2	0.0	0.0	0.1	0.0
5503	ごま, いり(白)	0.5	3	0.1	0.3	0.1	0.0
5502	ごま, いり(黒)	0.5	3	0.1	0.3	0.1	0.0
<b>サラダ</b>							
6061	キャベツ, 生	30	7	0.4	0.0	1.6	0.0
6315	サニーレタス, 生	8	1	0.1	0.0	0.3	0.0
<b>ブロッコリーのカラフルサラダ</b>							
6264	ブロッコリー, ゆで	32	10	1.2	0.1	1.7	0.0
6247	赤ピーマン, 生	7	2	0.1	0.0	0.5	0.0
6249	黄ピーマン, 生	7	2	0.1	0.0	0.5	0.0
17506	中華ドレッシング	6	6	0.2	0.1	1.0	0.4
<b>麻婆豆腐</b>							
4032	木綿豆腐	60	44	4.2	2.9	0.9	0.0
11163	豚ひき肉	20	42	3.5	3.4	0.0	0.0
6226	根深ねぎ, 生	10	4	0.1	0.0	0.8	0.0
14002	ごま油	1	9	0.0	1.0	0.0	0.0
17069	しょうが, おろし, チューブ	0.8	0	0.0	0.0	0.1	0.0
17076	にんにくおろし, チューブ	0.8	1	0.0	0.0	0.3	0.0
17004	トウバンジャン	0.5	0	0.0	0.0	0.0	0.1
17045	淡色辛みそ, 米みそ	3	5	0.4	0.2	0.7	0.4
17007	こいくちしょうゆ	2	2	0.2	0.0	0.2	0.3
16023	料理酒	2	2	0.0	0.0	0.1	0.0
3003	車糖, 上白糖	1.5	6	0.0	0.0	1.5	0.0
17093	だし, 顆粒中華	1.5	3	0.2	0.0	0.5	0.7
2034	かたくり粉	3	10	0.0	0.0	2.4	0.0
6025	グリーンピース, 冷凍	3	2	0.2	0.0	0.5	0.0
<b>フルーツ(オレンジ)</b>							
7041	バレンシアオレンジ	40	17	0.4	0.0	3.9	0.0
<b>漬物</b>							
6508	漬物	5	4	0.1	0.0	0.8	0.2
<b>5月 5日(火) 夕食 合計給与量</b>		459.1	663	34.8	23.6	81.2	4.3
<b>5月 5日(火) 一日合計給与量</b>		1156.7	1887	83.6	60.8	263.3	9.5
<b>基準量 給与率%</b>							

献立明細表 令和 8年 5月 6日 水曜日 [県南青少年の家] ページ:12

食品コード	食品名	給与量 g	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g
<b>朝食</b>							
1083	ご飯 米, 精白米	75	257	4.6	0.7	58.2	0.0
6153	みそ汁 たまねぎ, 生	10	3	0.1	0.0	0.8	0.0
6033	オクラ, ゆで	10	3	0.2	0.0	0.8	0.0
9040	わかめ, 乾燥, 素干し	0.2	0	0.0	0.0	0.1	0.0
17028	だし, 顆粒風味調味料	0.5	1	0.1	0.0	0.2	0.2
17045	淡色辛みそ, 米みそ	7	13	0.9	0.4	1.5	0.9
18501	かぼちゃコロッケ かぼちゃコロッケ	70	86	2.8	2.0	14.1	0.3
14006	調合油	3	27	0.0	3.0	0.0	0.0
6061	サラダ キャベツ, 生	30	7	0.4	0.0	1.6	0.0
6315	サニーレタス, 生	8	1	0.1	0.0	0.3	0.0
11186	ポイルウインナー ウインナー	40	128	4.6	12.2	1.3	0.8
17036	ケチャップ	3	3	0.0	0.0	0.8	0.1
9503	海藻サラダ 海藻ミックス	0.6	1	0.1	0.0	0.2	0.1
6061	キャベツ, 生	30	7	0.4	0.0	1.6	0.0
6247	赤ピーマン, 生	7	2	0.1	0.0	0.5	0.0
6249	黄ピーマン, 生	7	2	0.1	0.0	0.5	0.0
17503	ごましょうゆドレッシング	6	9	0.1	0.6	0.7	0.3
9005	海苔 味付けのり	2	6	0.8	0.1	0.8	0.1
13026	ヨーグルト ヨーグルト, 脱脂加糖	70	46	3.0	0.1	8.3	0.1
6508	漬物 漬物	5	4	0.1	0.0	0.8	0.2
<b>5月 6日(水) 朝食 合計給与量</b>		384.3	606	18.5	19.1	93.1	3.1
<b>昼食</b>							
1039	じゃじゃ麺 うどん, ゆで	150	143	3.9	0.6	32.4	0.5
11163	豚ひき肉	50	105	8.9	8.6	0.1	0.1
14002	ごま油	3	27	0.0	3.0	0.0	0.0
6226	根深ねぎ, 生	8	3	0.1	0.0	0.7	0.0
17076	にんにくおろし, チューブ	0.5	1	0.0	0.0	0.2	0.0
17069	しょうが, おろし, チューブ	0.5	0	0.0	0.0	0.0	0.0
17004	トウバンジャン	0.2	0	0.0	0.0	0.0	0.0
17045	淡色辛みそ, 米みそ	8	15	1.0	0.5	1.8	1.0
17007	こいくちしょうゆ	2.5	2	0.2	0.0	0.2	0.4
3003	車糖, 上白糖	1.5	6	0.0	0.0	1.5	0.0
17093	だし, 顆粒中華	0.5	1	0.1	0.0	0.2	0.2
2034	かたくり粉	1	3	0.0	0.0	0.8	0.0
6065	きゅうり, 生	20	3	0.2	0.0	0.6	0.0
6505	紅生姜	3	1	0.0	0.0	0.1	0.2
8011	卵スープ 生しいたけ	10	2	0.3	0.0	0.5	0.0
12004	鶏卵, 全卵, 生	8	11	1.0	0.8	0.0	0.0
6226	根深ねぎ, 生	3	1	0.0	0.0	0.2	0.0
17093	だし, 顆粒中華	2	4	0.3	0.0	0.7	1.0
17012	食塩	0.2	0	0.0	0.0	0.0	0.2
17064	こしょう, 白, 粉	0.1	0	0.0	0.0	0.1	0.0
18503	春巻き 春巻き	50	74	2.6	2.4	4.2	0.6
14006	調合油	4	35	0.0	4.0	0.0	0.0
6061	キャベツ, 生	30	7	0.4	0.0	1.6	0.0
6315	サニーレタス, 生	8	1	0.1	0.0	0.3	0.0

献立明細表 令和 8年 5月 6日 水曜日 [県南青少年の家] ページ:13

食品コード	食品名	給与量 g	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g
<b>キャベツとわかめの和え物</b>							
6061	キャベツ, 生	40	9	0.5	0.0	2.1	0.0
9040	わかめ, 乾燥, 素干し	0.7	1	0.1	0.0	0.3	0.1
10263	まぐろ缶詰, 油漬, フレーク, ライト	10	27	1.8	2.2	0.0	0.1
17042	マヨネーズ, 全卵型	12	80	0.2	9.1	0.4	0.2
17012	食塩	0.1	0	0.0	0.0	0.0	0.1
17064	こしょう, 白, 粉	0.1	0	0.0	0.0	0.1	0.0
<b>フルーツヨーグルト</b>							
13025	ヨーグルト, 全脂無糖	60	34	2.2	1.8	2.9	0.1
7501	フルーツカクテル缶詰	25	18	0.1	0.0	4.4	0.0
<b>5月 6日(水) 昼 食 合計給与量</b>		511.9	614	24.0	33.0	56.4	4.8
<b>夕 食</b>							
<b>ご飯</b>							
1083	米, 精白米	75	257	4.6	0.7	58.2	0.0
<b>みそ汁</b>							
6132	大根, 根, 皮つき, 生	10	2	0.1	0.0	0.4	0.0
4501	ミニ絹厚揚げ	10	14	1.1	1.1	0.1	0.0
6228	こねぎ, 生	3	1	0.1	0.0	0.2	0.0
17028	だし, 顆粒風味調味料	0.5	1	0.1	0.0	0.2	0.2
17045	淡色辛みそ, 米みそ	7	13	0.9	0.4	1.5	0.9
<b>赤魚のねぎみそ焼き</b>							
10030	あかうお, 生, 切り身	70	67	12.0	2.4	0.1	0.1
6226	根深ねぎ, 生	8	3	0.1	0.0	0.7	0.0
16023	料理酒	1.5	2	0.0	0.0	0.1	0.0
17054	みりん風調味料	1.5	3	0.0	0.0	0.8	0.0
3003	車糖, 上白糖	2	8	0.0	0.0	2.0	0.0
17045	淡色辛みそ, 米みそ	6	11	0.8	0.4	1.3	0.7
<b>サラダ</b>							
6061	キャベツ, 生	30	7	0.4	0.0	1.6	0.0
6315	サニーレタス, 生	8	1	0.1	0.0	0.3	0.0
<b>アスパラベーコン炒め</b>							
6007	アスパラガス, 生	20	4	0.5	0.0	0.8	0.0
6153	たまねぎ, 生	15	5	0.2	0.0	1.3	0.0
11183	ベーコン	10	24	1.5	1.9	0.3	0.3
14006	調合油	2	18	0.0	2.0	0.0	0.0
17012	食塩	0.2	0	0.0	0.0	0.0	0.2
17064	こしょう, 白, 粉	0.1	0	0.0	0.0	0.1	0.0
<b>肉団子の酢豚風</b>							
18015	ミートボール, 冷凍	25	50	2.6	3.1	3.4	0.3
6212	にんじん, 皮つき, 生	20	7	0.1	0.0	1.9	0.0
6151	たけのこ水煮缶詰	20	4	0.5	0.0	0.8	0.0
6245	青ピーマン, 生	10	2	0.1	0.0	0.5	0.0
6153	たまねぎ, 生	30	10	0.3	0.0	2.5	0.0
8011	生しいたけ	20	4	0.6	0.1	1.0	0.0
14002	ごま油	1	9	0.0	1.0	0.0	0.0
17093	だし, 顆粒中華	1.5	3	0.2	0.0	0.5	0.7
17036	ケチャップ	8	8	0.1	0.0	2.2	0.2
17007	こいくちしょうゆ	4.5	3	0.3	0.0	0.4	0.7
17015	穀物酢	4.5	1	0.0	0.0	0.1	0.0
3003	車糖, 上白糖	6	23	0.0	0.0	6.0	0.0
2034	かたくり粉	3	10	0.0	0.0	2.4	0.0
<b>ぶどうゼリー</b>							
15501	ぶどうゼリー	75	52	0.1	0.1	14.0	0.0
<b>漬物</b>							
6508	漬物	5	4	0.1	0.0	0.8	0.2
<b>5月 6日(水) 夕 食 合計給与量</b>		513.3	631	27.5	13.2	106.5	4.5

献立明細表 令和 8年 5月 6日 水曜日 [県南青少年の家] ページ:14

食品コード	食品名	給与量 g	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	炭水化物 g	食塩相当量 g
5月 6日(水)	一日合計給与量	1409.5	1851	70.0	65.3	256.0	12.4
	基準量 給与率%						