

月間給与食糧構成表・給与栄養量算定表

院長	事務長	栄養士	栄養士	栄養士

2011年6月分 【常食】

食品群名			1人1日毎の摂取量										10日間 合計	A 1日平均	B 基準 食糧構成	基準比 A/B*100 適正範囲 80~120	給与栄養量 (1人1日平均)									
			Aの荷重平均栄養量														エネルギー (Kcal)	蛋白質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	銅 (mg)	D (μg)	E (mg)	価不飽和 (g)	n-6系 (g)
			10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日	17日	18日	19日														
			(金)	(土)	(日)	(月)	(火)	(水)	(木)	(金)	(土)	(日)														
動物性食品	魚介	魚介類生	125	120	100	153	52.4	136	22	112	97	95	1012.4	101.2	92	110%	171	19.7	8.9	40	0.7	0.10	11	1.1	3.46	0.22
		魚介類干	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	25	2.5	4.5	56%	5	0.7	Tr	127	0.0	0.00	0	0.0	0.00
	獣鳥鯨肉	獣鳥鯨肉類	95	50	90	21.7	40	90	45	35	53	80	599.7	59.9	22.2	270%	236	15.3	18.2	4	0.5	0.03	Tr	0.1	4.63	1.15
	乳・乳製品	牛乳	200	200	200	200	200	200	200	200	200	200	2000	200	200	100%	134	6.6	9.5	220	0.1	0.00	0	0.0	0.00	0.00
		乳製品	0	0	0	0	0	0	35	0	130	0	165	16.5	0		10	0.5	0.2	23	Tr	Tr	0	Tr	0.02	Tr
卵類	卵類	70	24	10	0	55	20	10	0	10	55	254	25.4	0		38	3.0	2.5	12	0.3	0.01	Tr	0.2	0.92	0.36	
野菜果物類	野菜類	緑黄色野菜類	97	145	100	74.4	195	47.2	103.2	50	105.5	94	1011.3	101.1	60	169%	52	2.6	0.2	66	1.1	0.08	0	1.8	0.01	0.02
		その他の野菜類	145	195	311	223.8	140	209	170.7	265	245	127	2031.5	203.1	240.8	84%	73	3.4	0.2	65	0.5	0.12	Tr	0.2	Tr	0.05
		乾燥野菜類	1	0	1	0	0	0	1	1	0	2	6	0.6	2	30%	Tr	Tr	Tr	Tr	Tr	Tr	Tr	0.0	Tr	Tr
		野菜漬物	0	0	21	20	0	0	10	0	0	0	51	5.1	15	34%	1	0.1	Tr	1	Tr	Tr	Tr	Tr	Tr	Tr
	海藻類	海藻類	0	0.5	25	0.7	6.5	0	1	0.7	0	50	84.4	8.4	0.7	1200%	3	0.4	0.2	13	0.2	Tr	0	Tr	Tr	Tr
	いも類	さつまいも	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		0	0.0	0.0	0	0.0	0.00	0	0.0	0.00	0.00
		じゃがいも	30	80	0	30	0	67	66.1	30	80	0	383.1	38.3	89.7	43%	35	0.7	Tr	1	0.1	0.04	0	Tr	Tr	Tr
		その他のいも類	0	7	2	80	41.3	10.5	0	6	0	7.5	154.3	15.4	0		46	0.1	Tr	4	0.1	0.01	0	Tr	Tr	0.00
	果実類	柑橘類	0	0	0	0	0	80	20	0	0	0	100	10	0		4	Tr	Tr	1	Tr	Tr	0	Tr	Tr	Tr
その他の果実類		90	0	0	0	3.6	0	90	82	0	0	265.6	26.5	0		25	0.3	Tr	7	0.1	0.03	0	0.1	0.00	0.00	
穀類	米	220	310	290	290	310	220	160	220	300	290	2610	261	270	97%	928	15.8	2.2	12	2.0	0.56	0	0.2	0.54	0.78	
	パン類	100	10	0	24.3	27.4	130	37.7	120	0	0	449.4	44.9	58.3	77%	327	9.4	4.3	27	0.8	0.11	Tr	0.3	1.24	0.97	
	めん類	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	180	18	0		34	1.1	0.1	1	0.1	0.02	0	Tr	0.01	0.09	
豆類	大豆	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		0	0.0	0.0	0	0.0	0.00	0	0.0	0.00	0.00	
	みそ	26	46	49	39	39	26	26	26	26	39	342	34.2	39	88%	63	4.2	1.8	34	1.3	0.13	0	Tr	0.36	1.01	
	大豆製品	100	80	5	20	55	20	75	90	70	35	550	55	105	52%	59	4.8	3.7	73	0.8	0.10	0	0.1	0.76	1.71	
	その他の豆類	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		0	0.0	0.0	0	0.0	0.00	0	0.0	0.00	0.00	
油脂類・調味料	油脂・堅果類	9	22	6	16.7	7	23	18	15.5	18	24	159.2	15.9	13	122%	292	0.5	31.5	10	0.1	0.01	Tr	2.9	11.34	12.66	
	砂糖類	3	9	7	3.8	5	21	3.5	6	3	6	67.3	6.7	4	168%	120	Tr	Tr	Tr	Tr	Tr	0	Tr	0.00	0.00	
菓子類		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0		0	0.0	0.0	0	0.0	0.00	0	0.0	0.00	0.00	
給食延食数			146	146	146	146	146	146	146	146	146	1460	146	<合計>	2656	89.2	83.5	741	8.8	1.35	11	7.0	23.29	19.02		
食														<基準値>	4170	127.6	178.5	837	11.9	1.64	30	3.5	19.98	14.61		
評価			この欄には評価内容を入力または記載します。 テキスト文字のみ使用可能です。										<充足率(%)>	64	70	47	89	74	82	37	200	117	130			
													充足率の適正範囲													
													栄養比率	動物性たんぱく質比率 (適正範囲40~50%)					51%	脂質エネルギー比率 (適正範囲20~25%)					28%	