

臨床栄養学実習献立表

会津大学短期大学部 食物栄養学科

実習課題：
作成者：

試作・実施月日：

対 象																				
		合 計																		
		栄養基準値																		
		過不足率															食 数			
		#REF!																		
区分	献 立 名	材 料 名	1 人 当 た り の 栄 養 量															純使用量	総使用量	発注量
			1人分	たんぱく質				炭水化物	カリウム	カルシウム	鉄	食物繊維	食塩相当量	ビ タ ミ ン						
			エネルギー kcal	総	動物性	脂 質	ビタミン量 μg							B1	B2	C				
オタネニンジン入り ホワイトシチュー		鶏むね肉/皮なし	20	21	3.8	3.8	0.3	0.7	14	0.8	0.1	0.0	0.0	2	0.02	0.02	1	20	20	
		玉ねぎ	35	12	0.2		0.0	2.4	53	6.0	0.1	0.5	0.0	0	0.01	0.00	2	35	37.2	
		にんじん	15	5	0.1		0.0	0.9	45	3.6	0.0	0.4	0.0	95	0.01	0.00	1	15	16.7	
		じゃがいも	45	27	0.6		0.0	3.8	185	1.8	0.2	4.0	0.0	0	0.04	0.01	13	45	50	
		ブロッコリー	15	6	0.6		0.0	0.3	69	7.5	0.2	0.8	0.0	11	0.03	0.03	21	15	23.1	
		牛乳	40	24	1.2		1.4	1.8	60	44.0	0.0	0.0	0.0	15	0.02	0.06	0	40	40	
		サラダ油	1	9	0.0		1.0	0.0	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	1	1	
		コンソメ	1	2	0.1		0.0	0.4	2	0.3	0.0	0.0	0.4	0	0.00	0.00	0	1	1	
		食塩	0.5	0	0.0		0.0	0.0	1	0.1	0.0	0.0	0.5	0	0.00	0.00	0	0.5	0.5	
		こしょう	0.02	0	0.0		0.0	0.0	0	0.1	0.0	0.0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.02	0.02	
		オタネニンジン根	1															1	1	
		水	50															50	50	
		無塩バター	7	50	0.0		5.4	0.4	2	1.0	0.0	0.0	0.0	56	0.00	0.00	0	7	7	
		薄力粉	9	31	0.7		0.1	6.4	12	2.1	0.1	0.2	0.0	0	0.01	0.00	0	9	9	
		めるま湯	35											0				35	35	
小 計				187	7.3	3.8	8.2	17.1	503	67.3	0.7	5.9	0.9	179	0.14	0.12	38			