

## 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		栄養基準量														食数		発注量	
		合計		#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!				
区分	献立名	材料名	1人分		1人当たりの栄養量										純使用量 g	純使用量 kcal	発注量 g	出庫量 g	
			エネルギー kcal	g	たんぱく質 g	脂 質 g	炭水化物 g	カリウム mg	カルシウム mg	鉄 mg	食物繊維 g	食塩相当 量	ビタミン B1 μg	B2 mg	C mg				
	オタネニンジン入り ホワイティチュー	鶏むね肉/皮なし	20	21	3.8	3.8	0.3	0.7	74	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	
		ぬるま湯	35													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	