

臨床栄養学実習献立表

豆期大学部 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!															1人分			
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 純使用量	エネルギー	たんぱく質	脂 質	炭水化物	カリウム	カルシウム	鉄	食物繊維	食塩相当	ビ タ ミ ン							
			g	kcal	g	g	g	mg	mg	mg	g	g	α-トコフェロール	B1	B2	C				
			g	g	g	g	g	mg	mg	mg	g	g	g	mg	mg	mg	mg	g	g	g
朝	オタネニンジン入り豆とチーズのサラダ	鶏むねひき肉	30	51	4.4	3.3	1.0	75	2.4	0.2	0.0	0.0	0.0	11	0.03	0.05	0	30	30	
		玉ねぎ	50	17	0.4	0.0	3.5	75	8.5	0.2	0.8	0.0	0	0	0.02	0.01	4	50	53.2	
		人参	20	7	0.1	0.0	1.4	60	5.6	0.0	0.6	0.0	0	144	0.01	0.01	1	20	20.6	
		にんにく	0.5	1	0.0	0.0	0.1	3	0.1	0.0	0.0	0.0	0	0	0.00	0.00	0	0.5	0.549	
		カレー粉	0.5	2	0.1	0.1	0.1	9	2.7	0.1	0.2	0.0	0	0	0.00	0.00	0	0.5	0.5	
		調合油	1	9	0.0	1.0	0.0	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0	0.00	0.00	0	1	1	
		大豆缶詰	25	36	3.5	1.9	0.4	110	17.3	0.5	2.0	0.0	0	0	0.03	0.01	0	25	25	
		トマトピューレー	30	13	0.4	0.0	2.6	147	5.7	0.2	0.5	0.0	0	16	0.03	0.02	3	30	30	
		カレールウ	13	62	0.7	4.3	4.6	42	11.7	0.5	0.8	1.4	1	0	0.01	0.01	0	13	13	
		ウスターソース	2	2	0.0	0.0	0.5	4	1.2	0.0	0.0	0.0	0	0	0.00	0.00	0	2	2	
		トマトケチャップ	3	3	0.0	0.0	0.7	11	0.5	0.0	0.1	0.0	1	0	0.00	0.00	0	3	3	
		酒	5	4	0.0	0.0	0.2	0	0.1	0.0	0.0	0.1	0	0.00	0.00	0	5	5		
		オタネニンジン根	1														1	1		
		小 計			207	9.6	10.6	15.1	536	55.8	1.7	5.0	1.5	173	0.13	0.11	8			