

食品構成表 2025年11月 [並食]

< パターン① >

集計食品群	基準量 g	エネルギー kcal	脂 質 g	たんぱく質 g	ビタミン A μg	ビタミン B1 mg	ビタミン B2 mg	ビタミン C mg	カルシウム mg	鉄 mg	食塩相当量 g
1. 穀類	225.1	781	2.9	14.4		0.18	0.07		18	1.8	0.2
2. いも及びでん粉類	35.2	34	0.1	0.6		0.03	0.01	6	6	0.2	
3. 砂糖及び甘味料	13.0	46							1		
4. 豆類	48.1	73	3.8	4.9		0.04	0.04		58	1.1	
5. 種実類	2.1	10	0.7	0.3		0.01			13	0.1	
6. 野菜類	259.3	80	0.5	3.9	353	0.13	0.13	49	93	1.3	0.5
7. 果実類	60.6	38	0.1	0.4	7	0.02	0.02	20	9	0.2	
8. きのこ類	13.4	4	0.1	0.4		0.02	0.04			0.1	
9. 藻類	5.0	3		0.3	18	0.01	0.02	1	8	0.2	0.2
10. 魚介類	72.4	97	3.5	13.1	41	0.07	0.11	1	30	0.5	0.6
11. 肉類	55.0	131	9.6	9.4	103	0.15	0.13	3	3	0.6	0.3
12. 卵類	29.4	41	2.8	3.3	46	0.01	0.10		13	0.4	0.2
13. 乳類	94.0	66	3.8	3.1	36	0.04	0.14	1	104		0.1
14. 油脂類	10.6	88	9.5	0.1	10						0.1
15. 莓子類	17.7	31	0.8	0.4	4		0.01		4	0.1	
16. し好飲料類	3.3	4		0.1					1		
17. 調味料及び香辛料	192.0	83	1.9	3.3	33	0.02	0.08	2	29	1.0	4.6
18. 調理加工食品類	41.6	45	1.9	2.0	11	0.02	0.03	1	27	0.8	0.4
合 計	1177.8	1655	42.0	60.0	662	0.75	0.93	84	417	8.4	7.2
栄養目標量		1566	43.5	64.6	688	0.66	0.94	100	642	5.0	6.7
給 与 率		105.7	96.6	92.9	96.2	113.6	98.9	84.0	65.0	168.0	107.5

施設

食品構成表 令和7年11月 [常食]

< 施設 (常食) >

集計食品群	基準量 g	エネルギー kcal	脂 質 g	たんぱく質 g	ビタミン A μg	ビタミン B1 mg	ビタミン B2 mg	ビタミン C mg	カリウム mg	カルシウム mg	鉄 mg	食物繊維 g	食塩相当量 g
1. 穀類	170.0	571	2.0	10.9		0.14	0.03		151	41	1.4	1.4	0.5
2. いも及びでん粉類	25.0	24		0.3		0.01		1	73	3	0.1	0.7	
3. 砂糖及び甘味料	15.0	56											
4. 豆類	30.0	69	2.0	2.8		0.02	0.02		82	17	0.5	0.7	
5. 種実類	1.0	4	0.2	0.1					4	5		0.1	
6. 野菜類	350.0	109	1.4	4.9	728	0.14	0.14	63	686	175	1.4	9.1	1.1
7. 果実類	50.0	32	0.1	0.2	2	0.01	0.04	6	55	5	0.1	0.4	
8. きのこ類	10.0	2		0.3		0.01			27			0.5	
9. 藻類	3.0	4		0.2	1				27	6		0.3	0.2
10. 魚介類	55.0	76	3.9	9.3	13	0.07	0.07		168	21	0.4		0.3
11. 肉類	60.0	117	8.4	10.6	11	0.14	0.01	3	178	5	0.4		0.2
12. 卵類	20.0	29	2.1	2.4	40	0.01	0.08		25	9	0.3		0.1
13. 乳類	190.0	122	6.7	5.7	49	0.08	0.27	2	238	190	0.2		0.2
14. 油脂類	20.0	144	15.7	0.1	3				4	1			0.1
15. 菓子類	20.0	48	1.3	0.8	1				9	24		0.3	0.1
16. し好飲料類	10.0	5			1			1	15	1			
17. 調味料及び香辛料	70.0	123	1.9	3.9	2	0.12	0.06	5	246	44	1.7	10.7	6.9
18. 調理加工食品類	5.0	7	0.1	0.3	1				7	1			
合 計	1104.0	1542	45.8	52.8	852	0.75	0.72	81	1995	548	6.5	24.2	9.7
栄養目標量		1525	42.4	62.9	684	0.64	0.92	100	2106	634	5.8		
給 与 率		101.1	108.0	83.9	124.6	117.2	78.3	81.0	94.7	86.4	112.1		

通所

食品構成表 令和7年11月 [通所]

< 通所 (常食) >

集計食品群	基準量 g	エネルギー kcal	脂 質 g	たんぱく質 g	ビタミン A μg	ビタミン B1 mg	ビタミン B2 mg	ビタミン C mg	別物 mg	カルシウム mg	鉄 mg	食物繊維 g	食塩相当量 g
1.穀類	80.0	268	1.0	5.1		0.06	0.06		71	52	0.6	0.7	0.2
2.いも及びでん粉類	15.0	19		0.1		0.01		1	44			0.3	
3.砂糖及び甘味料	10.0	37											
4.豆類	15.0	39	0.5	0.9		0.01			41	7	0.2	0.4	
5.種実類	1.0	6	0.6	0.2	5				4	9	0.1	0.1	
6.野菜類	130.0	47	1.0	2.0	242	0.04	0.04	18	255	65	0.7	3.5	0.4
7.果実類	15.0	12		0.1	2	0.01		2	16	1		0.1	
8.きのこ類	10.0	2		0.4		0.01	0.01		27			0.4	
9.藻類	1.0	2		0.1	1				9	2		0.1	0.1
10.魚介類	15.0	17	0.6	2.4	2	0.02	0.02		46	9	0.2		0.1
11.肉類	30.0	60	4.5	5.3	6	0.07	0.05	2	89	1	0.3		0.1
12.卵類	10.0	15	1.1	1.3	21		0.04		13	4	0.2		
13.乳類	30.0	30	2.0	1.2	64		0.08		38				
14.油脂類	10.0	74	8.0	0.1	1				2	1			0.1
15.菓子類	10.0	27	0.6	0.5	1				5	13		0.1	0.1
16.し好飲料類	1.0	2							2				
17.調味料及び香辛料	20.0	39	0.9	1.0	1	0.02		6	70	17	0.4	2.6	2.1
18.調理加工食品類	8.0	7		0.7					11				
合 計	411.0	703	20.8	21.4	346	0.25	0.30	29	743	181	2.7	8.3	3.2
栄養目標量		621	17.3	25.6	259	0.26	0.37	38	799	240	2.2	6.7	2.6
給 与 率		113.2	120.2	83.6	133.6	96.2	81.1	76.3	93.0	75.4	122.7	123.8	123.1