

食品構成表 2026年5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	223.3	775	2.9	14.3		0.18	0.07		78	2.0	0.2
2. いも及びでん粉類	36.8	35	0.1	0.6		0.03	0.01	6	6	0.2	
3. 砂糖及び甘味料	12.5	42	0.1	0.1	1				1		
4. 豆類	39.4	64	3.5	4.3		0.03	0.03		51	0.9	
5. 種実類	2.0	10	0.7	0.3		0.01			12	0.1	
6. 野菜類	255.0	84	0.8	3.6	349	0.13	0.13	61	166	1.3	0.3
7. 果実類	48.4	31	0.1	0.4	5	0.02	0.01	18	9	0.1	
8. きのこと類	13.2	4	0.1	0.4		0.02	0.04			0.1	
9. 藻類	3.0	2		0.2	13		0.01	1	7	0.2	0.1
10. 魚介類	71.7	97	3.5	13.0	13	0.06	0.09	1	25	0.4	0.6
11. 肉類	56.8	108	6.8	10.6	36	0.22	0.12	3	3	0.5	0.3
12. 卵類	26.5	37	2.6	3.0	42	0.02	0.09		17	0.4	0.2
13. 乳類	90.0	66	3.8	3.0	34	0.04	0.14	1	100		0.1
14. 油脂類	9.7	80	8.7	0.1	4						0.1
15. 菓子類	17.4	33	0.9	0.6	5	0.01	0.01	1	9	0.1	
16. し好飲料類	3.1	4		0.1					1		
17. 調味料及び香辛料	174.3	87	2.1	2.6	28	0.02	0.03		28	0.9	4.4
18. 調理加工食品類	34.8	39	1.6	1.6	10	0.01	0.02	1	15	0.3	0.3
合計	1117.9	1598	38.3	58.8	540	0.80	0.80	93	528	7.5	6.6
栄養目標量		1566	43.5	64.6	688	0.66	0.94	100	642	5.0	6.7
給与率		102.0	88.0	91.0	78.5	121.2	85.1	93.0	82.2	150.0	98.5

施設

食品構成表 令和8年5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	568	1.9	10.5		0.14	0.03		150	32	1.2	1.2	0.2
2. いも及びでん粉類	25.0	13		0.4		0.02	0.01	3	79	2	0.1	0.5	
3. 砂糖及び甘味料	15.0	54							1				
4. 豆類	30.0	49	2.1	3.9	1	0.03	0.03		132	23	0.7	1.4	0.1
5. 種実類	1.0	6	0.5	0.2					4	11	0.1	0.1	
6. 野菜類	350.0	81	0.4	3.9	602		0.07	60	739	161	1.1	8.4	
7. 果実類	40.0	38	0.1	0.1	1	0.01		2	42	2		0.2	
8. きのこと類	5.0	1		0.1		0.01	0.01		13			0.2	
9. 藻類	5.0	1		0.1	1				6	4		0.2	
10. 魚介類	60.0	77	5.3	10.6	20	0.06	0.09		202	13	0.1		0.1
11. 肉類	55.0	119	9.4	9.3	12	0.14	0.07	1	150	1	0.2		0.1
12. 卵類	25.0	31	2.1	2.7	38	0.01	0.07		32	8	0.3		0.1
13. 乳類	190.0	146	5.9	5.7	46	0.06	0.25	2	251	194			0.2
14. 油脂類	20.0	153	16.9	0.1	3				2				0.1
15. 菓子類	20.0	57	1.2	0.8	1			4	20	31	0.2	0.2	
16. し好飲料類	10.0	4						1	13	1			
17. 調味料及び香辛料	80.0	266	2.1	7.5	283	0.81	0.79	14	246	356	1.5	18.9	6.1
18. 調理加工食品類	10.0	10	0.5	0.2	1				11	1		0.1	0.1
合計	1111.0	1674	48.4	56.1	1009	1.29	1.42	87	2093	840	5.5	31.4	7.1
栄養目標量		1546	42.9	63.7	691	0.65	0.93	100	2128	640	5.8	17.8	6.7
給与率		108.3	112.8	88.1	146.0	198.5	152.7	87.0	98.4	131.3	94.8	176.4	106.0

通所

食品構成表 令和8年5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	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	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	20.0	16		0.1	3	0.01		2	22	1		0.2	
8. きのこと類	5.0	1		0.2		0.01	0.01		13			0.2	
9. 藻類	1.0	2		0.1	1				9	2		0.1	0.1
10. 魚介類	20.0	23	0.9	3.3	3	0.02	0.02		61	12	0.2		0.1
11. 肉類	25.0	50	3.7	4.5	5	0.06	0.04	2	74	1	0.2		0.1
12. 卵類	10.0	15	1.1	1.3	21		0.04		13	4	0.2		
13. 乳類	20.0	20	1.3	0.8	43		0.05		25				
14. 油脂類	10.0	74	8.0	0.1	1				2	1			0.1
15. 菓子類	15.0	41	0.9	0.7	1				7	19		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	406.0	706	19.9	21.1	326	0.24	0.26	29	724	190	2.6	8.2	3.2
栄養目標量		641	17.8	26.4	261	0.27	0.39	38	804	241	2.2	6.7	2.5
給与率		110.1	111.8	79.9	124.9	88.9	66.7	76.3	90.0	78.8	118.2	122.4	128.0