

食糧(食品)構成表

香取おみがわ医療センター
献立種類: 普通食

区 分		可食 量g	エネ ルギー Kcal	蛋白 質 g	脂質 g	カルシ ウム mg	鉄 mg	A (μg RE)	ビタミ ンB1 mg	ビタミ ンB2 mg	ビタミ ンC mg	食塩 g	炭水化 物 g
穀 類	米類	270	961	18.4	3.5	16	1.4	0	0.32	0.08	0	0	204
	大麦	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	小麦(粉を含む)	25	50	1.5	0.5	5	0.2	0	0.01	0.01	0	0.1	9.5
	雑穀	5	25	0.8	1.6	15	0.2	0	0.01	0.01	0	0.1	0.2
いも及び でん粉類	さつまいも	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	じゃがいも	17.2	29	0.2	0	2	0.1	0	0.01	0	3	0	7
	その他	9	4	0.2	0	2	0.1	0	0.01	0.01	0	0	0.9
砂 糖 類		13.4	51	0	0	0	0	0	0	0	0	0	13.3
菓 子 類		42.3	38	0.5	0.7	1	0	14	0	0	0	0	6
油 脂 類		18.2	146	0.2	15.9	2	0.1	8	0	0.01	0	0.2	0
種 実 類		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
豆 類	大豆及び大豆製品	55.4	88	6.4	4.8	67	1.5	8	0.03	0.09	0	1.7	4.4
	その他の豆類	3.9	8	0.3	0.1	2	0.1	12	0	0	0	0	1.5
魚 介 類	生物	88.8	115	15.5	4.2	22	0.8	18	0.09	0.16	1	0.7	2.7
	その他	0.7	1	0.2	0	0	0	0	0	0	0	0.1	0
獣 鳥 鯨 肉 類		55.3	102	9.7	5.9	6	0.7	12	0.25	0.12	2	0.2	1.8
卵 類		25.5	42	2.9	2.9	13	0.5	40	0.02	0.11	0	0.1	0.6
乳 類	牛乳	142.9	84	4.1	4.6	143	0.1	56	0.04	0.21	0	0.1	6.4
	その他の乳製品	56	40	1.9	0.2	95	0	0	0.02	0.08	2	0.1	7.3
野 菜 類	緑黄色野菜	128.4	36	2.7	0.3	128	2.3	507	0.1	0.17	59	0.1	6.4
	その他の野菜	255.5	64	4.1	0.5	72	1.3	61	0.15	0.18	41	0.3	13.8
	漬物	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
果 実 類		75.4	55	0.7	0.1	10	0.2	38	0.03	0.02	26	0	13.8
き の こ 類		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
藻 類		1.8	1	0.2	0	6	0.2	17	0.01	0.01	0	0.1	0.5
し 好 飲 料 類		17.2	17	0.1	0	1	0	0	0.01	0	5	0	3.3
調 味 料 及 び 香 辛 料 類		31.7	23	1.7	0.3	9	0.5	0	0.01	0.04	0	5	3.2
調 理 加 工 食 品 類		9	9	0.4	0.1	3	0	0	0	0	1	0.2	1.7
そ の 他		0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
合 計		1348	1989	72.7	46.2	620	10.3	791	1.12	1.31	140	9.1	308
基準値			1897	56.3	47.9	668	7	779	1.2	1.34	100	9	286

栄養比率	穀類エネルギー比率 52.1%	動物性たん白質比 47.5%	たん白エネルギー比 14.6%	動物性脂質比 42.8%
	脂質エネルギー比 20.9%	カルシウム・リン比率 1:1.9	P/S比 0.94	S:M:P 3:3.5:2.8