

\* 朝食 \*

\*\* 料理の栄養量 \*\*

O SAYURI

\* 料理名 \* コウホ

コード	食品名	使用量	エネルギー	たん白質	脂質	糖質	繊維	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	ビタミンD
		G	KCAL	G	G	G	G	MG	MG	IU	MG	MG	MG	IU
10414	スイウ コウホ ヲイワライ	120.	0.	427.	8.2	1.6	90.6	0.4	7.	0.6	0.	0.14	0.04	1.7
	合計			427.	8.2	1.6	90.6	0.4	7.	0.6	0.	0.14	0.04	1.7

\* 夕食 \*

\*\* 献立一覧表 \*\*

O SAYURI

料理名	エネルギー	たん白質	脂肪	糖質	繊維	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	ビタミンD
	KCAL	G	G	G	G	MG	MG	IU	MG	MG	MG	IU
チロシ	564.	12.9	3.1	120.6	1.6	47.	1.8	744.	0.26	0.23	3.1	1.
シウミノミソル	38.	2.1	0.6	5.8	0.2	44.	1.5	1.	0.01	0.08	0.4	0.
ニロ	176.	10.4	9.8	14.1	0.1	140.	2.2	36.	0.04	0.10	1.2	0.
ツケ	3.	0.4	0.1	0.3	0.1	8.	0.1	30.	0.01	0.01	0.1	0.
合計	780.	25.8	13.5	140.9	2.0	239.	5.7	811.	0.32	0.42	4.7	1.
一日の合計	2237.	77.8	47.3	338.2	5.1	688.	13.9	2607.	1.30	1.57	14.5	7.
栄養所要量	1987.	65.1	54.0		630.	11.0	1850.		0.87	1.09	13.1	52.
栄養所要量との差	250.	12.7	-6.7		58.	2.9	757.		0.43	0.48	1.3	52.

図9 献立表の出力結果