

【目標量の設定】

①施設で設定している目標量を各月の「基準」行に入力してください。

※初期設定として「札幌市保育所給食における給与栄養目標量」を入力しています。

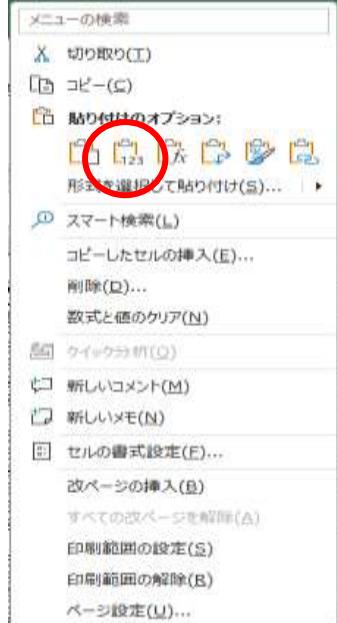
【月報】

予定献立

①入力したい月のシートを選び、日ごとの栄養量を入力してください。

※当課から送付しているExcel「栄養出納表(栄養量・○～○歳児)」からコピーする場合は、1日～31日までの栄養量(合計や平均は含めない)を選択し「値」貼り付けをしてください。

※通常の貼り付けをすると設定している書式や数式が崩れてしまいます。



②各栄養素の過不足を確認し、献立を調整してください。

(読み取り方)

日付	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カリウム (mg)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μg(RAE))	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当量 (g)
1日	317	18.5	14.7	767	284	2	152	0.33	0.4	23	4.3	1.5
2日	402	18.1								16	56	3.6
3日												
4日												
5日	387	18.6										
6日	340	18.5										
7日	320	18.8										
8日	390	18.7										
9日	402	18.1										
10日												
11日	450	14.8										
12日	390	19.1	10.4	1038	330	2.0	324	0.30	0.48	29	2.9	1.1
13日	392	22	19.1	1219	360	4.1	297	0.52	0.69	43	8.8	1.4
14日	415	23	15.7	983	283	1.2	188	0.29	0.48	29	3	1.5
15日	388	14.7	20.8	818	327	1.5	218	0.35	0.4	26	5.2	1.8
16日	402	18.1	14.5	857	241	1.4	191	0.23	0.46	56	3.6	2
17日												
18日	343	18.6	18.9	707	305	2.2	233	0.55	0.49	18	2.8	1.4
19日	397	19.8	21.1	677	326	2.1	120	0.30	0.46	26	3.5	1
20日	340	16.5	100	898	266	0						
21日	320	18.8	14.6	747	234	4.8						
22日	371	18.2	19.7	749	276	1.8						
23日												
24日												
25日	351	14.8	14.5	712	247	2.4						
26日	360	19.1	10.4	1039	330	2.5						
27日	392	22	19.1	1219	360	4.1						
28日	415	23	15.7	983	283	1.2						
29日	388	14.7	20.8	818	327	1.5	213	0	26	5.2	1	
30日	402	18.3	12.3	1037	272	2.1	115	0.76	28	7.1	1.2	
31日												
合計	8884	441.3	474.8	20798	6985	53.8	5211	10.3	10.4	723	96	38.8
平均	374	18.4	19.6	866	21	2.2	217	0.45	0.43	30	4	1.6
基準	372			325	54	2.3	15	0.28	0.35	22	6	1.5
過不足率(%)	100.0376344			219	15	0.01	154	1.30	1.36	250	103	
【たんぱく質・脂質のエネルギー換算表】参考用表(1kg=1000kcal)による1kgあたりのエネルギー換算量に換算して算出												
○たんぱく質 ○脂質												
16.3 N 32.6%												

日ごとのエネルギーが目標量のー<15%を下回ると青、+15%を超えると赤にセルの色が変わります。

栄養量の月平均が目標量を下回ると青、上回ると赤にセルの色が変わります。

実施献立作成

①予定献立作成時から献立変更(食品の変更、使用量の変更含む)をしたら、該当日の栄養量を修正してください。

②各栄養素の過不足を確認し、次月以降の献立作成に活用してください。

【年報】

①各月シートの月平均栄養量が「令和〇年度 年報」シートに参照されます。

②各栄養素の過不足を確認し、翌年の献立作成に活用してください。

(読み取り方)

令和〇年度 3~5歳児	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 脂質 (g)	カリウム (mg)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μgRAE)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当量 (g)
日付	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂 脂質 (g)	カリウム (mg)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μgRAE)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当量 (g)
4月	355	18.0	40.0	966	291	1.8	217	0.43	0.43	30	4.0	2.8
5月	372	17.5	37.3					0.46	0.33	4.4		1.4
6月	451	18.2	15.2					0.42	37	4.6		1.4
7月	372	17.8	16.1					0.43	29	3.5		1.4

月平均エネルギーが目標量を下回ると青にセルの色が変わります。

月平均脂肪エネルギー比が30%を上回ると赤にセルの色が変わります。

栄養量の年平均が目標量を下回ると青、上回ると赤にセルの色が変わります。

3月	合 計	71.9	89.2	3419	1187	8.9						7.0
平均	389	18.0	22.3	855	297	2.2						1.9
基 準	372			395	254	2.3						1.5
充足率(%)	104.6			216.5	118.9	95.7						10.0

【たんぱく質・脂質のエネルギー比率 3~5歳児】※生食を含む。だ結与栄養量で割して算出

□たんぱく質	□脂質
146 %	355 %