

2026年度中学校全員給食使用予定物資一覧(現在の選択制給食の状況を踏まえた例)

	分類	献立名/食品名	単位	内容量	4月	5月	6月	7月	8.9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
					一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量
年間契約	★一般(油脂類)	調合油(揚げ油)	g		31	61	57.5	33	62	61.5	44.5	45.5	50	53	37
	★一般(はっこ)	はっこう乳(ストロベリー)	本	133	1		1					1			1
		はっこう乳(プレーン)	本	133	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2
	★牛乳	牛乳〔飲用・200ml〕	本	206	13	19	18	12	21	19	18	15	16	17	13
		牛乳〔調理用〕	g		10	20	10		15	70	10	20	10	12	8
	★パン	ソフトフランスパン	個	70	1	1	1	1					1		1
		ソフトフランスパン	個	80					1	1	1	0.75		1	
		はいがパン	個	70					1						
		はいがパン	個	80								0.75			
		ロールパン	個	70		1									
黒糖パン		個	70			1			1					1	
2期契約	★精白米	白米	g		1,520	2,070	1,970	1,410	2,290	2,180	2,070	1,750	1,858	1,960	1,410
	★一般(液卵)	鶏卵〔溶き〕	g		25		15	20	45	40	15			25	40
食鳥 【学期・総価入札】	食鳥	鶏むね肉〔角切2cm〕	g		60	145	25	85	190	55	75	110	175	120	135
		鶏むね肉〔角切3cm〕	g		50					95	110	30			35
		鶏むね肉〔個付〕	個	35		2	2				2		2	2	2
		鶏むね肉〔小間〕	g				90	10	120	80				10	
		鶏もも肉〔角切2cm〕	g		45	135		35	55	50	30	80	15		
		鶏もも肉〔角切3cm〕	g							35		85			35
		鶏もも肉〔個付〕	個	35				2		2		2			
		鶏もも肉〔小間〕	g		30		15	15	55			20			25
食肉 【学期・総価入札】	食肉	牛もも肉〔小間〕	g		60	60	55	15	50	45	55	40	45	45	40
		豚かた肉〔角3cm〕	個	20		1									
		豚ひき肉	g		65	70	55	105	140	110	115	125	75	90	80
		豚もも肉〔角切2cm〕	g		30						45	70		60	60
		豚もも肉〔小間〕	g		230	402	530	216	355	345	428	200	305	280	165

2026年度中学校全員給食使用予定物資一覧(現在の選択制給食の状況を踏まえた例)

分類	献立名/食品名	単位	内容量	4月	5月	6月	7月	8.9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
				一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量
カット野菜類 【学期・総値入れ】	アスパラガス (2.5cm)	g		30	15	10									
	かぶ (いちょう1cm)	g			55					25					
	かぶ (いちょう5mm)	g		20	15				35	20	30		20	45	
	かぼちゃ (角切2cm)	g		80	80	40	60	35	40	70	30				
	キャベツ (千切4cm×3mm)	g			65	15	15	25		65	20	35	50	20	
	キャベツ (千切4cm×8mm)	g		140	145	110		100	190	90	42	30	50	95	
	キャベツ (短冊3cm×1.5cm)	g		90	100	100	60	140	70	75	30	75	95	30	
	キャベツ (短冊5cm×1.5cm)	g		90	40	50		40		45	50	30			
	キャベツ (短冊5cm×2cm)	g			55		30	75		70	30	25	40		
	きゅうり (角切1cm)	g				10								13	
	きゅうり (千切4cm×5mm)	g		30	10	26	23	66	45		45			25	
	きゅうり (輪切3mm)	g		10	36	45	45	60	55		10			10	
	きゅうり (輪切5mm)	g							10	40				15	
	きゅうり (輪切8mm)	g			30									25	
	ごねぎ (小口5mm)	g			3	16	3	6			13	6	14	3	
	ごぼう (ささがき2cm)	g			35	20			20	10	8		10	25	
	ごぼう (ささがき3cm)	g		25	30	51	8			75	50	58	18	35	42
	ごぼう (ささがき4cm)	g			15					25	25		50	40	
	ごぼう (千切4cm×3mm)	g		20	30	20				25			20	45	25
	ごぼう (半月1cm)	g									10			10	
	ごぼう (乱切2cm)	g		20	15	15		15	20	10			15		15
	こまつな (2cm)	g		130	155	168	175	230	168	160	120	187	148	129	
	さつまいも (皮むき・角切2cm)	g										30			
	さつまいも (皮付・いちょう1cm)	g								40					
	さつまいも (皮付・角切2cm)	g								45	35	30		80	
	さやいんげん (3cm)	g			5	25	35	8	5					20	5
	じゃがいも (いちょう1cm)	g		20	105	90	40	165	40	80	30	70	35	20	
	じゃがいも (いちょう5mm)	g		20	45	60	90						25	25	
	じゃがいも (角切1.5cm)	g							40	25	15			20	
	じゃがいも (角切2cm)	g		110	120	95	50	90	155	155	180	175	90	155	
	じゃがいも (千切4cm×3mm)	g		30		20	30	20					30		
	じゃがいも (拍子木3cm×5mm)	g		50		25				45					
	ズッキーニ (いちょう5mm)	g				12	15								
	セロリ (粗みじん)	g							2.5	1		3			
	セロリ (薄切3mm)	g				8									
	だいこん (1/8径いちょう1cm)	g				12					50	55			
	だいこん (1/8径いちょう5mm)	g									12		15	10	
	だいこん (角切2cm)	g												20	
	だいこん (千切4cm×5mm)	g			12							15	30		30
	だいこん (拍子木3cm×8mm×8mm)	g					40			25	80	65	40	40	
	たまねぎ みじん	g				25									
	たまねぎ (くし1cm)	g		15	40	50	50	35	40	52	50	40	55	40	
	たまねぎ (角切1.5cm)	g		35	70	78	60	95	30	30	45	60	58	45	
	たまねぎ (角切1cm)	g		15	15	10	35	60		40	10	20	30	20	
	たまねぎ (角切2cm)	g				30		10	50						
	たまねぎ (角切5mm)	g		15	10		10								
	たまねぎ (粗みじん)	g			30		10	75	55		45				
	たまねぎ (薄切3mm)	g		10	20		15	10	20	20	30			20	
	たまねぎ (薄切5mm)	g		40	20	30	10g		40	15	68		20	30	35
	たまねぎ (半くし1cm)	g				10		15							15
	たまねぎ (半薄切3mm)	g		50		20	28		40	40	10	10	30		
	たまねぎ (半薄切5mm)	g		20	85	40	25	48	15	35	20	42	30	95	
	チンゲンサイ (2cm)	g		35	100	80		55	15	35	35	75	35	70	
	とうがん(果実、生)	g					20								
	とうがん (角切り1cm)	g								15					
とうもろこし (2.5cm)	個		21				1								
トマト (角切1.5cm)	g				22	25				8					
ながねぎ (斜め3cm×5mm)	g		18	60	20	18	41	33	53	20	38	35	25		
ながねぎ (小口2mm)	g						10	15		5	13		5		
ながねぎ (小口5mm)	g		25	15	15	15		48	29		25	5			
ながねぎ (粗みじん)	g		28		15		16	30			38	18	10		
なす (いちょう1cm)	g				35		40	25							
なす (いちょう7mm)	g				8	15	25								
なばな (2cm)	g											15	50		
にがうり (半月3mm)	g					12									
にら (2cm)	g		13	19	5	5			5	13	5		13	25	
にんじん (いちょう1cm)	g			35											
にんじん (いちょう3mm)	g				8					18		18		20	
にんじん (いちょう5mm)	g		53	45	30	30	30	45	93	35	45	35	42		
にんじん (いちょう8mm)	g		15	15	50		20	35	15	55	30	15	35		
にんじん (角切1cm)	g		10	20	18	10	53		30	10			25		
にんじん (角切5mm)	g			10		20								15	
にんじん (千切4cm×3mm)	g		100	131	210	129	243	175	148	151	166	103	165		
にんじん (粗みじん)	g		45	20	25	35	75	60	25	50	20	20	32		
にんじん (短冊3cm×1cm×2mm厚)	g		15	38	57	32	40	30	42	45	50	40			
にんじん (乱切2cm)	g		15						20		10	20			
はくさい (短冊3cm×1.5cm)	g							50	140	40	52				
はくさい (短冊5cm×1.5cm)	g			35	50		30	40		65	45				
はくさい (短冊5cm×2cm)	g							25	30					25	
みずな (2cm)	g		10	26	13	16	5	20	20	19	13	15	41		
みつば (2cm)	g		3	3										3	
りょくどうもやし	g		95	230	85	73	145	115	120	42	80	120	55		
れんこん (いちょう1cm)	g									20	15				
れんこん (いちょう5mm)	g						15	15	10	15					
れんこん (乱切2cm)	g									10					
黄パプリカ (千切4cm×5mm)	g							31	8						
青ピーマン (角切1.5cm)	g							10					5		
青ピーマン (千切4cm×5mm)	g		8	20	10	10					8			8	
青ピーマン (薄切5mm)	g			5											
赤パプリカ (角切1.5cm)	g			10	5	20	10		10			8	10		
赤パプリカ (千切4cm×5mm)	g			8		8	25	8				8			
豆苗 (2cm)	g						8					5		28	
しゅんぎく (2cm)	g											5			

2026年度中学校全員給食使用予定物資一覧(現在の選択制給食の状況を踏まえた例)

	分類	献立名/食品名	単位	内容量	4月	5月	6月	7月	8.9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月		
					一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量		
冷凍食品1部門 【学期・総価入札】	冷凍(野菜)	えだまめ〔冷凍・むぎ〕	g			10	5	10									
		オクラ〔斜め1/2〕	g			20	20	20	30								
		かぼちゃ〔冷凍・角切2cm〕	g								45		60	35	30		
		カリフラワー〔小房〕	g					15				15	30				
		グリン野菜ミックス	g						15								
		グリンピース〔冷凍〕	g			5		8								5	3
		さといも〔冷凍・乱切〕	g							35	30	45	30		35		
		スイートコーン(ホール)〔冷凍〕	g			30	42	28	25	38	55	30	20	26	30	10	
		だいこんおろし	g					30	50	30	20	25	25		30		
	ブロッコリー〔小房〕	g			55	85	50		115	115	150	105	85	100	95		
	ほうれんそう〔冷凍・2cm〕	g			60	40	65		30	120	75	38	50	40	20		
	ミックスビーンズ	g					20		10								
	きのこ	えのきたけ〔1/2カット〕	g			16	56	29	31	48	51	54	47	56	70	46	
		エリンギ〔粗みじん〕	g							5	16						
		エリンギ〔短冊1cm×3cm×5mm〕	g					8						5			
		エリンギ〔半月5mm〕	g			25				10	15		15		35		
		なめこ	g				15				15		15	15	20	20	
		ぶなしめじ〔小房〕	g			35	113	40	15	47	63	71	25	50	70	26	
	またけ〔小房〕	g							27	8	8				5		
冷凍食品2部門 【学期・総価入札】	冷凍(豆腐)	がんもどき	個	10			2	2				2	2	2			
		絹ごし豆腐〔角切1.5cm〕	g		95	100	105	80	55	125	45	110	95	115	85		
		焼き豆腐〔角切2cm〕	g				35				30	40		50	30		
		生揚げ〔角切2cm〕	g		60	50	50	40	110	60	50		50	60	50		
		湯葉〔短冊4cm×1cm〕	g				8										
		油揚げ〔短冊3cm×5mm〕	g		21	14.5	14	3	15	13	16		21	15	15		
	揚げ出し豆腐〔20g〕	個	20			3		3	3	3	3		3				
	冷凍(食肉加工)	ウィンナー〔スライス〕	g		12	10				25							
		ベーコン〔短冊〕	g		8		12	13	6			5	15		15		
		ロースハム〔短冊〕	g		13	5	8		23	45	14	5		3	6		
	冷凍(食肉練り)	えび入りつみれ〔15g〕	個	15	2	2				2							
		かに風味かまぼこ	g			8		5				6		10			
		魚肉ソーセージ	g											10			
		さつま揚げ〔スライス〕	g			12	32	10		20	32		30	10	20		
	冷凍(デザート)	焼き竹輪〔スライス〕	g					5				5		10			
ミニ大福(白)〔10g〕		個	10	1		1		2	2								
		わらびもち(きなこ)〔10g〕	個	10	2	2	2		2	2	2	2	2	2			

2026年度中学校全員給食使用予定物資一覧(現在の選択制給食の状況を踏まえた例)

分類	献立名/食品名	単位	内容量	4月	5月	6月	7月	8.9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
				一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量
一般 (調味料)	ウスターソース	g						4.5	2	8.3	6.8			1.2
	オイスターソース	g		2	5.0	1.5						1	4.7	3.2
	オールスパイス(粉)	g					0.05				0.05	0.05		
	カレールウ	g		8	22	5	5	6.5	5	6.5	5	10	6	6
	カレー粉	g		0.4	0.1	0.2	0.7	0.5	0.5	0.4	0.4	0.7	0.25	0.95
	クミン(粉)	g				0.01			0.2					
	こいくちしょうゆ	g		69.3	98.5	104.85	67.4	108.85	102.3	103.59	91.3	84.5	99.7	76.8
	コールスロードレッシング	g		7	10				4.5	4				
	こしょう(黒)	g		0.04	0.02	0.05	0.04	0.11	0.03	0.03	0.08	0.04	0.04	0.06
	こしょう(白)	g		0.04	0.32	0.21	0.12	0.3	0.12	0.25	0.19	0.17	0.2	0.1
	コチジャン	g		2	2.5	2.5	2.5	1.2	1.5	2.5	0.5	3	0.4	2.8g
	ごまドレッシング	g		8						5.5				
	しょうが〔すりおろし〕	g		3.65	3.45	5.7	5.9	4.95	5.4	5.85	6.85	8	4.6	2.6
	タルタルソース(卵不使用)	g								7				
	チリパウダー	g		0.2	0.15	0.15	0.2	0.35	0.2	0.1	0.25	0.2	0.15	
	デミグラスソース	g		20	15	15	10		10		15		15	
	テンメンジャン	g		1.7		2		1	1	1	1.5	1.3	0.8	1
	トウバンジャン	g		0.2		0.2	0.3	0.4	0.3	0.2		0.6	0.25	0.3
	とうもろこしでん粉	g								7				
	トマトケチャップ	g		30	14.5	35	38	63	34.3	19.7	41	34	20.5	28.4
	ナムルドレッシング	g			5.5	6	6		4.5					
	にんにく〔すりおろし〕	g		2.4	3.5	3.0	3.45	4.55	2.5	3.35	4.55	4.2	3.3	1.9
	はくさい(キムチ)	g		8	20				8	8			20	
	バジル(粉)	g		0.1	0.02	0.1		0.1			0.2	0.2	0.1	
	パセリ(乾)	g			0.01			0.1		0.02				
	はちみつ	g				0.8								1.3
	パン粉(乾燥)	g				1								
	ぼん酢しょうゆ	g		9		5.5		8			3.5	2.8	6	4
	マヨネーズ(卵不使用)	g		13	23	23	5.5	18	28.5	13	9	6	35.5	12.5
	ゆずみそ(調理用)	g									8			
	レモン果汁	g			1	0.6	1	1		2	1	1		1
	ワイン(赤)	g		0.5	7.1	0.3	0.9	2.4	1.2	0.3	1.4	0.4	0.4	0.3
	ワイン(白)	g			1	0.8	1	1.1	0.5	1	2	1	1	1
	一味唐辛子	g		0.01	0.005	0.01		0.005	0.01	0.01		0.01	0.005	
	液体塩こうじ	g		2.5			2.5		3	3	3			2.4
	穀物酢	g		6.8	11.6	13.2	10.1	25.9	8.5	15.4	19.3	8.9	9.4	9.1
	削り節	g		0.8	0.3	2.3	0.8	0.3	1.9	1	1.1	0.8	0.5	2.1
	酒	g		9.2	18.8	18.2	8.9	12.5	13.9	20.3	15.4	12.7	15.6	14.7
	小麦粉	g		1.5	1.4	1.4	4.7	0.8	0.8	0.5	4.5	3.8	0.8	
	湘南ゴールドビューレー	g								2.27				
	上白糖	g		22.95	29.23	35.08	26.7	39.85	31.4	33.23	31.15	30.3	26.45	23.65
	食塩	g		7.58	13.45	10.99	8	14.54	9.95	10.05	10.95	9.84	8.93	6.8
	赤しそふりかけ	g		0.5		0.4	0.4	0.4		0.4				
	赤色辛みそ	g		4		11	3.7	2	2.5	6.5	6	9	2	2.5
	淡色辛みそ	g		32.5	40	33.8	26	44.6	65	44.5	37.2	39	45.5	29.5
中濃ソース	g		7	3.3	3.8	5.5	6.5	10.5	4.7	6.5	7	2.5	10.2	
中濃ソース(小袋)〔3g〕	袋	3	1	4	2	3	3	5	3	4	3	4	1	
豆乳	g							10						
梅びしお	g				1.8			4						
片栗粉	g		15.8	22	30.8	13.1	15.35	20.15	18.85	15.1	18.35	17.65	32	
本みりん	g		9.7	15.9	21.5	11.5	23.1	20	22.6	30.3	15.4	22.9	14.1	
野菜だし調味料	g										3			
粒入りマスタード	g							0.2						
輪とうがらし	g			0.02	0.005		0.01				0.01			
練りからし	g		0.2	0.65	0.35	0.1	0.2	0.2	0.4	0.1	0.1	0.2	0.5	
和風ノンオイルドレッシング	g		6	4		4		2				4		
顆粒かつおだし	g		2.8	4.5	6.25	4.5	6.4	6.4	5.45	5.15				
顆粒かつおだし	g							6.4	6.4	5.45	5.15	6.8	9.85	4.25
顆粒鶏がらだし	g							3.6	3.3	4.4	3.9	2.3	3.5	3
顆粒昆布だし	g		0.5	0.3			0.3	0.3				0.6		
顆粒洋風だし	g		4.6	4.3	4.6	4.1	6.6	5.4	2.4	3.05	5	3.5	2.6	
一般(油脂)	オリーブ油	g		0.8	0.4	0.3	1.3	0.3	0.3	0.7				
	ごま油	g		1.5	3.15	3.4	2.2	3.75	3.2	3.15	2.4	2.8	3.5	2.1
	ラー油	g		0.1	0.05			0.1	0.05	0.3	0.1			
	調合油	g		5	12.9	7.8	3.9	7.35	7.4	6.9	7	6.2	6.7	7.1

2026年度中学校全員給食使用予定物資一覧(現在の選択制給食の状況を踏まえた例)

分類	献立名/食品名	単位	内容量	4月	5月	6月	7月	8.9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
				一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量
一般 (缶・トレット)	いわし(梅煮)	個												1	
	オニオンソテー [スライス30]	g				5				5	28	40			
	オニオンソテー [スライス50]	g			16	20	20				25		20	30	
	オニオンソテー [スライス70]	g						5							
	さけフレーク [白鮭]	g					15						10		
	しじみ佃煮 [鉄]	g			5										
	スイートコーン(クリーム)	g		20	12	20	20	20	32	20	20			12	
	ダイストマト(缶)	g		70	75	67	45	105	95	45	85	65	50	25	
	たけのこ [水煮/千切]	g												8	10
	たけのこ [水煮/乱切]	g		15									12		10
	たけのこ [水煮・短冊]	g			28	8									22
	たらこ	g		8						5					
	なめこ [水煮]	g		15		10	15	15		15					
	パインアップル(缶) [チビット]	g		25	37	12	25	25	20	20	47	15	45	30	
	ひよこ豆(水煮)	g		5	20		15	5		20				13	25
	ホワイトソース	g		16	25	20		20		25	20	14	18	16	
	まぐろ水煮(フレーク)	g		85	105	38	70	65	96	80	55	25	57	65	
	まぐろ油漬(フレーク)	g			20	15	15	35		10	10			25	
	みかん(缶)	g		25	32	12	25	10					25	25	25
	ラ・フランス(缶) [ダイス]	g					25		20						
	りんご(缶) [ピーセス]	g		30		25				20	20	30	30		
	りんごゼリー(ダイス) [織]	g							20						
	レンズ豆(水煮)	g							5						
	杏仁豆腐(ダイス)	g		25	15	25	15	10	15		15	15	10	25	
	黄桃(缶) [ダイス]	g			20	30	15	25	15	20	30	35	25		
	金時豆(甘煮)	g			20	20			15			15	20	25	20
	金時豆(水煮)	g												18	
	鶏ささみフレーク	g		25		20	10	20	15	15	8	20	20	15	
	鶏レバー煮込み	g			25									25	
	黒豆煮豆	g											15		
	昆布豆	g		20	25		20	20	20	20	15		25	25	
	三色ゼリー(ダイス) (赤・緑・白)	g													25
	七草(フリーズドライ)	g											0.2		
蒸し栗 [甘露煮・1/4カット]	g							10	15						
鯛ごはんの素	g													7	
大豆(水煮)	g		30	60	50	80	90	35	30	51	65	103	40		
大豆(水煮) [クラッシュタイプ]	g							15				15			
白桃(缶) [ダイス]	g			25					20				30		
一般 (デザート)	あまなつゼリー [40g/鉄・織]	個	40	1											
	いちごゼリー [50g/鉄]	個												1	
	さくらんぼゼリー [50g/鉄・Ca]	個	50		1	1									
	パインゼリー [50g/鉄・織・VC]	個	50			1									
	ぶどうゼリー [50g/鉄・Ca]	個	50					1	1						
	みかんゼリー [50g/鉄・Ca]	個	50							1					
	ももゼリー [50g/鉄・Ca]	個	50		1		1								
	ラ・フランスゼリー [40g/鉄・織]	個	40						1		1				
	りんごゼリー [50g/鉄・Ca]	個	50							1					
湘南ゴールドゼリー(ダイス)	g							20	25	20	25		25		
梨ゼリー [50g/鉄・Ca]	個	50						1							

2026年度中学校全員給食使用予定物資一覧(現在の選択制給食の状況を踏まえた例)

分類	献立名/食品名	単位	内容量	4月	5月	6月	7月	8.9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
				一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量	一人分量
一般食品3部門 【学期・総価入札】	一般(魚介・藻)	あおさ	g				0.4							0.2	
		あおのり	g					0.1		0.1		0.01		0.1	
		かたくちいわし〔煮干し〕	g		7					5					2
		カットわかめ(乾)	g	2.3	1.7	1.5	1.8	3	0.9	1.7	1.2	2	2.2		0.7
		きざみのり	g	0.2	0.2		0.3	0.2	0.2	0.2	0.3		0.2		
		ちりめんじゃこ	g	5	2			3	2.5				6		2
		ひじき(乾)	g	1.5	1.5	4.5	3.0	2.5	4	2.5		5	0.5		3
		塩昆布	g					1							
		海藻ミックス(乾)	g					0.5						0.4	
	刻み昆布〔3cm〕	g			0.3		0.3		0.4	0.2	0.4	0.3			
	一般(穀類)	スパゲッティ〔ハーフ〕	g			10									
		そうめん〔α麺〕	g				6								
		ビーフン	g								10				
		ペンネマカロニ	g					10	17	4	10				
		押麦	g	13	26	13	23	28	23	23	18	16	23	10	
		雑穀ごはんの素〔十六穀〕	g												10
		蒸し中華めん	g											10	
		赤米	g	10									10		
	一般(いも)	米粉	g						3						
		こんにゃく〔角切1.5cm〕	g	15	30	15		15	20	15	10	10	20	12	
		こんにゃく〔短冊〕	g			7				5		10			
		しらたき〔5cm〕	g	15	10	50	30	35	35	30	15	25	55	25	
		はるさめ〔5cm〕	g		3	4		4	4						
	一般(豆・種実)	突起こんにゃく	g	15		10		10	15		10	35	10		
		すりごま(白)	g		4	2		4	1	1.5	1.5	1.6	3	1.5	
		凍り豆腐(角)	g		3			6					5	7	
	一般(その他)	凍り豆腐(細)	g	1			2						2		
		炒りごま(白)	g	4	12.6	13.3	7.8	13	6	11.3	14.6	7	14.7	7.8	
		きくらげ(乾)〔スライス〕	g		0.5	0.5		0.5	0.7		0.5		0.5		
		切り干し大根	g	5		5	7	12	5	10	12	6	5		
	一般(乳製品)	切り干し大根〔5cm〕	g		3	5		3	3						
		ダイスカットチーズ	g			4.5		5	11		9	2			
		チーズ(小袋)〔5g/鉄・Ca〕	個	5	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
		粉チーズ	g			0.8		2		1	1	1			
	冷凍(魚介・藻)	有塩バター	g	0.3	0.5	0.4	0.5	1.5		0.3			0.2	0.5	
		いか〔鹿の子短冊〕	g		33	15		15			15	15			
		いわし〔開き/神奈川県産〕	g	40						1					
		かつお〔角切〕	g		50	50		40							
		さば〔まさば・切身〕(骨なし)	枚	40	2			2	2	2	1	2	1	1	
		さば〔まさば・切身〕(骨なし)	枚	50		1	2	2			1		1		
さわら〔切身〕		切	40							1				1	
しらす〔釜揚げ〕		g	8	10		10	10	13	6						
ぶり〔切身〕(骨なし)		枚	40							1	1	1			
むきえび〔小さめ・2L〕		g	15	15	35	15	15			33	35	20	20		
めかじき〔切身/神奈川県産〕		切									1				
めかじき〔切身〕(骨なし)		切	40	1											
めばる〔切身〕(骨なし)		切	60	1		1								1	
めばる〔切身〕(骨なし)		切	50					1							
もずく		g	10	8	8				8				8		
冷凍(水産加工)		あじ(粉付) 角切り	個	15		4	4	4		3					
	いかフライ〔20g〕	個	20		2										
	いりこフライ〔10g〕	本	10	3	3			6				4	4	4	
	いわし梅しそフライ	個	60					1							
	かつおフライ	個	50						1				1		
	きびなごフライ	個	10			4	3	3	3		4				
	たら(粉付)	個	15						3	3	4	4	4		
	ほきフライ	個	60	1	1		1	1	1	1		1	1		
	わかさぎフライ〔10g〕	個	10						3	3	4				
きびなご(粉付)	g										40				
冷凍(調理加工)	ぎょうぎ	個	17	2	3	3		3	2	3	3			3	
	さといもコロケ	個												1	
	しゅうまい(かながわ夢ボーク使用)	個	15	2	2	3	2	2	2	3		3	3	3	
	チーズオムレツ〔丸型/35g〕	個	35	1	1	1	1		1	1	1	2	1		
	チキンカツ〔鉄・Ca〕	個	60	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
	チヂミ	個	50					1							
	にらまんじゅう	個	30					1						1	
	ハンバーグ〔鉄・Ca〕	個	80	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
	ポークピカタ〔50g/鉄〕	個	50				1								
	春巻	個	35		1			1							
	星形コロケ〔鉄・Ca〕	個	30		1	1	1	1	1	1	1	1		1	
	大学芋〔角切り〕	g								35					
	豆腐ナゲット〔20g〕	個	20			2			2						
肉団子	個	15	3	4	2		3	4	4	3	3				
炒り玉子	g	10				25		10			32	35	35		