

常食190食																
	食材	規格	内容量	単位	1人当り	単位	想定数	総使用量	備蓄必要量	容器	調理器具	熱量	蛋白質	脂質	炭水化物	塩分
1回目	山菜おこわ	箱	5	Kg	100	g	190	3. 8箱	4箱	サランラップ	付属しゃもじ	361	6.3	3.6	78.8	1.7
	米用水	本	2	ℓ	180	ml		17. 1本	18本	*お湯をわかつ鍋(可能時)	*コンロ					
	けんちん汁	缶	6	Kg	200	cc		6. 3缶	7缶	ディスポ丼(大)、割りばし	お玉、缶切り	51	2.1	2.4	5.8	1.1
	牛肉大和煮	缶	1750	g	70	g		7. 6缶	8缶	アルミカップ大	手袋、トング	83	9.9	0.9	8.8	1.6
	カスタードプリン	個	63	g	63	g		190個	190個	紙スプーン	なし	100	6.0	3.6	11.0	1.0
								小計				595	24.3	10.5	104.4	5.4
2回目	ごはん(α米)	箱	5	Kg	100	g	190	3. 8箱	4袋	ディスポ丼(大)	付属しゃもじ	366	6.3	1.1	82.7	0.0
	米用水	本	2	ℓ	180	ml		17. 1本	17本	*お湯をわかつ鍋(可能時)	*コンロ					
	みそ汁	缶	160	g	1	缶		190缶	190缶	ディスポ丼(小)	お玉、缶切り	21	1.4	0.5	2.6	1.4
	鶏そぼろ	缶	900	g	60	g		12. 7袋	13袋	*ごはんのにせる	手袋、トング、缶切り	101	8.7	5.3	4.3	0.8
	洋梨缶	缶	1.65	Kg	70	g		8缶	8缶	ディスポ取り皿(小)	お玉、缶きり	60	0.1	0.1	14.5	0.0
	野菜ジュース	P	100	ml	1	P		190P	190P		なし	37	0.3	0.0	10.1	0.1
3回目							190	小計				585	16.8	7	114.2	2.28
	五目ごはん(α米)	箱	5	Kg	100	g		3. 8箱	4箱	ディスポ丼(大)、割りばし	付属しゃもじ	418	7.7	4.2	87.5	2.0
	米用水	本	2	ℓ	180	ml		17. 1本	17本	*お湯をわかつ鍋(可能時)	*コンロ					
	つくねと野菜のスープ	缶	175	g	1	缶		190缶	190缶	ディスポ丼(小)	お玉、缶切り	68	3.0	1.3	2.5	0.6
	ミックスフルーツ	缶	1.85	Kg	100	g		10. 3缶	11缶	ディスポ丼(小)	お玉、缶切り	71	0.4	0.1	17.8	0.0
								小計				557	11.1	5.6	107.8	2.6
4回目							190					1737	52.2	23.1	326.4	10.28
	ごはん(α米)	箱	5	Kg	100	g		3. 8箱	4袋	付属プラスチックバック、割りばし	付属しゃもじ	366	6.3	1.1	82.7	0.0
	米用水	本	2	ℓ	180	ml		17. 1本	18本	*お湯をわかつ鍋(可能時)	*コンロ					
	豚汁缶	缶	3	Kg	150	g		10缶	10缶	ディスポ丼(大)、割りばし	お玉、缶切り	21	1.4	0.5	2.6	1.4
	鯖味噌缶	缶	1.4	Kg	80	g		10. 9缶	11缶	アルミカップ大、プラバックに添	缶切り、手袋、トング	174	13.1	11.1	5.4	1.0
								小計				561	20.8	12.7	90.7	2.4
5回目	ごはん(α米)	箱	5	Kg	100	g	190	3. 8箱	4袋	ディスポ丼(大)、プラスプーン	付属しゃもじ	366	6.3	1.1	82.7	0.0
	米用水	本	2	ℓ	180	ml		17. 1本	17本	*お湯をわかつ鍋(可能時)	*コンロ					
	ビーフカレー	缶	2.9	Kg	280	g		18. 3缶	19缶	*ごはんにかける	お玉、缶切り	311	7.3	20.2	25.2	3.6
	野菜ジュース	P	100	ml	1	P		190P	190P		なし	37	0.3	0.0	10.1	0.1
								小計				714	13.9	21.3	118	3.7
												1838.3	54.3	41.9	312.5	8.3
6回目	ごはん(α米)	箱	5	Kg	100	g	190	3. 8箱	4袋	ディスポ弁当箱、割りばし	付属しゃもじ	366	6.3	1.1	82.7	0.0
	米用水	本	2	ℓ	180	ml		17. 1本	17本	*お湯をわかつ鍋(可能時)	*コンロ					
	みそ汁	缶	6	Kg	200	g		6. 3缶	7缶	ディスポ丼(小)	お玉、缶切り	21	1.4	0.5	2.6	1.4
	ぶり大根	缶	90	g	90	g		190缶	190缶	ディスポ丼(小)	手袋、トング、缶切り	132	11.5	6.2	7.8	0.8
	みかん缶	缶	1.7	Kg	70	g		7. 8缶	8缶	ディスポ弁当箱	お玉、缶切り	44.3	0.4	0.1	10.7	0.0
								小計				563.3	19.6	7.9	103.8	2.2
7回目	ごはん(α米)	箱	5	Kg	100	g	190	3. 8箱	4袋	付属プラスチックバック、割りばし	付属しゃもじ	366	6.3	1.1	82.7	0.0
	米用水	本	2	ℓ	180	ml		17. 1本	18本	*お湯をわかつ鍋(可能時)	*コンロ					
	みそ汁(味噌)	箱	20	Kg	6	g		1. 14kg	1箱	ディスポ丼(小)	お玉、缶切り	13	0.7	0.5	1.5	0.7
	汁用水	本	2	ℓ	200	ml		19本	19本							
	具(豆麩)	袋	1	kg	1	g		190g	1袋			4	0.3	0.0	0.6	0.0
	さんま蒲焼缶	缶	1400	g	70	g		9. 5缶	10缶	アルミカップ大、プラバックに添	缶切り、手袋、トング	158	12.2	9.1	6.8	1.1
8回目	ミネラルココアプリン	個	60	g	60	g	190	190個	190個	紙スプーン	なし	86	4.8	3.6	8.5	0.1
								小計				627	24.3	14.3	100.0	1.9
	ごはん(α米)	箱	5	Kg	100	g		3. 8箱	4袋	ディスポ弁当箱、割りばし	付属しゃもじ	366	6.3	1.1	82.7	0.0
	米用水	本	2	ℓ	180	ml		17. 1本	17本	*お湯をわかつ鍋(可能時)	*コンロ					
	みそ汁(味噌)	箱	20	Kg	6	g		1. 14kg	—	ディスポ丼(小)	お玉、缶切り	13	0.7	0.5	1.5	0.7
	汁用水	本	2	ℓ	200	ml		19本	19本							
9回目	具(かきたまブロック)	袋	120	g	5	g	190	7. 9袋	8袋			22	1.0	0.7	2.9	0.0
	鶏肉うま煮	感	70	g	70	g		190缶	190缶	*ごはんのにせる	手袋、トング、缶切り	74	8.2	2.4	5.0	1.3
	ポテトツナサラダ	缶	105	g	52	g		95缶	95缶	ディスポ弁当箱	手袋、缶切	106	1.4	8.0	7.2	0.6
								小計				581	17.64	12.65	99.25	2.6
	ごはん(α米)	箱	5	Kg	100	g		3. 8箱	4袋	ディスポ丼(大)、割りばし	付属しゃもじ	366	6.3	1.1	82.7	0.0
	米用水	本	2	ℓ	180	ml		17. 1本	17本	*お湯をわかつ鍋(可能時)	*コンロ					
9回目	みそ汁(味噌)	箱	20	Kg	6	g	190	1. 14kg	—	ディスポ丼(小)	お玉、缶切り	13	0.7	0.5	1.5	0.7
	汁用水	本	2	ℓ	200	ml		19本	19本							
	具(わかめ)	袋	300	g	0.2	g		0. 8袋	1袋			0	0.0	0.0	0.1	0.0
	牛丼	缶	3	Kg	180	g		11. 4缶	12缶	ディスポ丼(大)*ごはんと兼用	お玉、缶切り	54	4.6	0.8	7.0	0.9
	野菜ジュース	P	100	ml	1	P		190本	190本		なし	37	0.3	0.0	10.1	0.1
	バインチビット	缶	1.91	Kg	70	g		6. 9缶	7缶	ディスポ取り皿(小)	お玉、缶切り	59	0.2	0.1	14.2	0.0
								小計				529	12.14	2.45	115.55	1.7
												1737	54.076	29.383	314.823	6.2

刻・粥60食

	食材	規格	内容量	単位	1人当り	単位	想定数	総使用量	備蓄必要量	容器	調理器具	熱量	蛋白質	脂質	炭水化物	塩分
1回目	全がゆ	袋	2	Kg	250	g	60	7. 5袋	8袋	ディスポ丼(大)、プラスチックスプーン	ビニール袋、おたま	178	2.8	0.3	39.3	0.0
	のり佃煮	P	10	g	1	P		60P	60P	*お粥にのせる	なし	15	0.5	0.0	3.6	0.7
	パンブキンスープ	袋	200	g	200	g		60袋	60袋	ディスポ食器(小)	お玉又はハサミ	210	7.0	6.8	30.4	1.2
	牛肉大和煮	缶	1750	g	70	g		2. 4缶	3缶	アルミカップ大	手袋、トング	83	9.9	0.9	8.8	1.6
	カスタードプリン	個	63	g	1	個		60個	60個	紙スプーン	なし	100	6.0	3.6	11.0	1.0
								小計				586	26.2	11.6	93.1	4.5
2回目	全がゆ	袋	2	Kg	250	g	60	7. 5袋	8袋	ディスポ丼(大)、プラスチックスプーン	ビニール袋、おたま	178	2.8	0.3	39.3	0.0
	みそ汁	缶	160	g	1	缶		60缶	60缶	ディスポ丼(大)	缶切り、おたま	21	1.4	0.5	2.6	1.4
	鶏そぼろ	缶	900	缶	60	g		4缶	4缶	*お粥にのせる	手袋、トング、缶切り	101	8.7	5.3	4.3	0.8
	洋梨缶	缶	1.65	Kg	70	g		2. 5缶	3缶	ディスポ丼(小)	お玉、缶きり	60	0.1	0.1	14.5	0.0
	アイソカルジェリーPCF	P	66	g	1	個		60個	60個	紙スプーン	なし	80	4.0	1.2	14.0	0.2
								小計				440	17	7.4	74.7	2.38
3回目	全がゆ	袋	2	Kg	250	g	60	7. 5袋	8袋	ディスポ丼(大)、プラスチックスプーン	ビニール袋、おたま	178	2.8	0.3	39.3	0.0
	つくねと野菜のスー	缶	175	g	1	缶		60缶	60缶	ディスポ丼(小)	お玉、缶切り	68	3.0	1.3	2.5	0.6
	ミックスフルーツ	缶	1.85	Kg	100	g		3. 2缶	4缶	ディスポ丼(小)	お玉、缶切り	71	0.4	0.1	17.8	0.0
	メイバランスmini	P	125	ml	1	P		60P	60P		なし	200	7.5	7.5	25.0	0.3
								小計				517	13.7	9.2	84.6	0.9
												1543	56.9	28.2	252.4	7.78
4回目	全がゆ	袋	2	Kg	250	g	60	7. 5袋	8袋	ディスポ丼(大)、プラスチックスプーン	ビニール袋、おたま	178	2.8	0.3	39.3	0.0
	みそ汁	缶	160	g	1	缶		60缶	60缶	ディスポ丼(小)	なし	21	1.4	0.5	2.6	1.4
	鯖味噌缶	缶	1.4	Kg	80	g		3. 4缶	4缶	ディスポ取り皿(小)、割りばし	缶切り、手袋、トング	174	13.1	11.1	5.4	1.0
	アイソカルジェリーHC	個	66	g	1	個		60個	60個	紙スプーン	なし	150	3.0	7.9	16.5	0.2
								小計				523	20.3	19.8	63.8	2.6
												178	2.8	0.3	39.3	0.0
5回目	全がゆ	袋	2	Kg	250	g	60	7. 5袋	8袋	ディスポ丼(大)、プラスチックスプーン	ビニール袋、おたま	178	2.8	0.3	39.3	0.0
	ビーフカレー	缶	2.9	Kg	280	g		5. 8缶	6缶	ディスポ丼(小)	お玉	311	7.3	20.2	25.2	3.6
	野菜ジュース	P	200	ml	1	P		60P	60P		なし	37	0.3	0.0	10.1	0.1
								小計				526	10.4	20.5	74.8	3.7
												178	2.8	0.3	39.3	0.0
												21	1.4	0.5	2.6	1.4
6回目	全がゆ	袋	2	Kg	250	g	60	7. 5袋	8袋	ディスポ丼(大)、プラスチックスプーン	ビニール袋、おたま	178	2.8	0.3	39.3	0.0
	みそ汁	缶	160	g	1	缶		60缶	60缶	ディスポ丼(小)	なし	21	1.4	0.5	2.6	1.4
	ぶり大根	缶	90	g	90	g		60缶	60缶	ディスポ(小)	手袋、トング、缶切り	132	11.5	6.2	7.8	0.8
	みかん缶	缶	1.7	Kg	70	g		2. 5缶	3缶	ディスポ弁当箱	お玉、缶切り	44	0.4	0.1	10.7	0.0
	メイバランスmini	P	125	ml	1	P		60P	60P		なし	200	7.5	7.5	25.0	0.3
								小計				575	23.6	14.6	85.4	2.5
												1624	54.3	54.9	223.8	8.8
7回目	全がゆ	袋	2	Kg	250	g	60	7. 5袋	8袋	ディスポ丼(大)、プラスチックスプーン	ビニール袋、おたま	178	2.8	0.3	39.3	0.0
	みそ汁(味噌)	箱	20	Kg	6	g		0. 36kg	—	ディスポ丼(小)	お玉、缶切り	13	0.7	0.5	1.5	0.7
	汁用水	本	2	ℓ	200	ml		6本	6本							
	具(豆麩)	袋	1	kg	1	g		60g	—			4	0.3	0.0	0.6	0.0
	さんま蒲焼缶	缶	1400	g	50	g		2. 1缶	3缶	ディスポ取り皿(小)、割りばし	缶切り、手袋、トング	113	8.7	6.5	4.9	0.8
	メイバランスmini	P	125	ml	1	P		60P	60P		なし	200	7.5	7.5	25.0	0.3
8回目	全がゆ	袋	2	Kg	250	g	60	小計				508	19.96	14.783	71.223	1.8
	みそ汁(味噌)	箱	20	Kg	6	g		7. 5袋	8袋	ディスポ丼(大)、プラスチックスプーン	ビニール袋、おたま	178	2.8	0.3	39.3	0.0
	汁用水	本	2	ℓ	200	ml		0. 36kg	—	ディスポ丼(小)	お玉、缶切り	13	0.7	0.5	1.5	0.7
	具(かきたまブロック)	袋	120	g	5	g		6本	6本							
	鶏肉うま煮	缶	70	g	70	g		2. 5袋	3袋			22	1.0	0.7	2.9	0.0
	ポテトソナサラダ	缶	105	g	52	g		60缶	60缶	*お粥にのせる	手袋、トング、缶切り	74	8.2	2.4	5.0	1.3
9回目	アイソカルジェリーPCF	個	66	g	1	個	60	30缶	30缶	ディスポ弁当箱	手袋、缶切	106	1.4	8.0	7.2	0.6
								60個	60個	紙スプーン	なし	80	4.0	1.2	14.0	0.2
								小計				473	18.1	13.1	69.9	2.8
	全がゆ	袋	5	Kg	250	g		7. 5袋	8袋	ディスポ丼(大)、プラスチックスプーン	付属しゃもじ	178	2.8	0.3	39.3	0.0
	みそ汁(味噌)	箱	20	Kg	6	g		0. 36kg	—	ディスポ丼(小)	お玉、缶切り	13	0.7	0.5	1.5	0.7
	汁用水	本	2	ℓ	200	ml		6本	6本							
9回目	具(わかめ)	袋	300	g	0.2	g	60	0. 2袋	1袋			0	0.0	0.0	0.1	0.0
	牛丼	袋	3	Kg	180	g		3. 6袋	4袋	ディスポ弁当箱、割りばし	お玉、缶切り	54	4.6	0.8	7.0	0.9
	バインチビット	缶	1.91	Kg	70	g		2. 2缶	3缶	ディスポ取り皿(小)	お玉	51	0.2	0.0	13.9	0.0
	メイバランスmini	P	125	ml	1	P		60P	60P		なし	200	7.5	7.5	25.0	0.3
								小計				496	15.84	9.05	86.75	1.9
												1477	53.966	36.883	227.823	6.5

ブレNDER食・トミ食10食

	食材	規格	内容量	単位	1人当り	単位	想定数	総使用量	備蓄必要量	容器	調理器具	熱量	蛋白質	脂質	炭水化物	塩分
1回目	白がゆ	袋	200	g	200	g	10	10袋	10袋	デスポ丼(大)、プラスチックスプーン	ビニール袋、おたま	161	2.8	0.4	35.0	0.0
	のり佃煮	P	10	g	1	P		10P	10P			15	0.5	0.0	3.6	0.7
	パンプキンスープ	袋	200	g	200	g		10袋	10袋	デスポ丼(大)	*トミ者マドラー	210	7.0	6.8	30.4	1.2
	カスタードプリン	個	63	g	1	個		10個	10個	紙スプーン	なし	100	6.0	3.6	11.0	1.0
	メイバランスmini	P	125	ml	1	P		10P	10P	*デスポ丼(小)	なし	200	8.0	7.0	26.3	0.4
2回目								小計				686	24.3	17.8	106.3	3.3
	白がゆ	袋	200	g	200	g		10袋	10袋	デスポ丼(大)、プラスチックスプーン	ビニール袋、おたま	161	2.8	0.4	35.0	0.0
	みそ汁	缶	160	g	1	缶		10缶	10缶	デスポ丼(小)	*トミ者マドラー	21	1.4	0.5	2.6	1.4
	茶碗むし(かつお)	個	75	g	1	個		10個	10個		なし	80	5.0	3.6	0.6	0.6
	メイバランスmini	P	125	ml	1	P		10P	10P	*デスポ丼(小)	なし	200	8.0	7.0	26.3	0.4
3回目								小計				462	17.2	11.5	64.5	2.4
	白がゆ	袋	200	g	200	g		10袋	10袋	デスポ丼(大)、プラスチックスプーン	ビニール袋、おたま	161	2.8	0.4	35.0	0.0
	みそ汁	缶	160	g	1	缶		10缶	10缶	デスポ丼(小)	*トミ者マドラー	21	1.4	0.5	2.6	1.4
	ぬくもりミキサー(照焼チキ ン)	袋	50	g	1	袋		10袋	10袋	デスポ丼(小)	なし	65	4.6	2.6	5.9	0.8
	メイバランスmini	P	125	ml	1	P		10個	10個	*デスポ丼(小)	なし	200	8.0	7.0	26.3	0.4
4回目								小計				447	16.8	10.5	69.8	2.6
	白がゆ	袋	200	g	200	g						1595	58.3	39.8	240.6	8.3
	みそ汁	缶	160	g	1	缶		10袋	10袋	デスポ丼(大)、プラスチックスプーン	ビニール袋、おたま	161	2.8	0.4	35.0	0.0
	ぬくもりミキサー(いわし梅 煮)	袋	50	g	1	袋		10缶	10缶	デスポ丼(小)	*トミ者マドラー	21	1.4	0.5	2.6	1.4
	メイバランスmini	P	125	ml	1	P		10袋	10袋	デスポ丼(小)	なし	40	3.6	1.6	2.8	0.4
5回目								10個	10個	*デスポ丼(小)	なし	200	8.0	7.0	26.3	0.4
								小計				422	15.8	9.5	66.7	2.2
	白がゆ	袋	200	g	200	g		10袋	10袋	デスポ丼(大)、プラスチックスプーン	ビニール袋、おたま	161	2.8	0.4	35.0	0.0
	みそ汁	缶	160	g	1	缶		10缶	10缶	デスポ丼(小)	*トミ者マドラー	21	1.4	0.5	2.6	1.4
	ぬくもりミキサー(コンサダ)	袋	50	g	1	袋		10袋	10袋	デスポ丼(小)	なし	109	1.3	7.7	8.6	0.2
6回目	ミネラルココアプリン	個	60	g	1	個		10個	10個	紙スプーン	なし	86	4.8	3.6	8.5	0.1
	メイバランスmini	P	125	ml	1	P		10P	10P	*デスポ丼(小)	なし	200	8.0	7.0	26.3	0.4
								小計				577	18.3	19.2	81	2.1
	白がゆ	袋	200	g	200	g		10袋	10袋	デスポ丼(大)、プラスチックスプーン	ビニール袋、おたま	161	2.8	0.4	35.0	0.0
	パンプキンスープ	袋	200	g	200	g		10袋	10袋	デスポ丼(大)	*トミ者マドラー	210	7.0	6.8	30.4	1.2
7回目	茶碗蒸し(ほたて)	個	75	g	1	個		10個	10個			80	5.0	3.6	0.6	0.6
	メイバランスmini	P	125	ml	1	P		10P	10P	*デスポ丼(小)	なし	200	8.0	7.0	26.3	0.4
												651	22.8	17.8	92.3	2.2
												1650	56.9	46.5	240	6.5
	白がゆ	袋	200	g	200	g		10袋	10袋	デスポ丼(大)、プラスチックスプーン	ビニール袋、おたま	161	2.8	0.4	35.0	0.0
8回目	のり佃煮	P	10	g	1	P		10P	10P			15	0.5	0.0	3.6	0.7
	みそ汁(味噌)	箱	20	Kg	6	g		60g	—	デスポ丼(小)	お玉、缶切り	13	0.7	0.5	1.5	0.7
	汁用水	本	2	ℓ	200	ml		1本	1本							
	おろしりんご	缶	870	g	80	g		0.6缶	1缶	デスポ丼(小)	お玉	41	0.2	0.0	11.1	0.0
	メイバランスmini	P	125	ml	1	P		10P	10P	*デスポ丼(小)	なし	200	8.0	7.0	26.3	0.4
9回目								小計				430	12.24	7.85	77.45	1.8
	白がゆ	袋	200	g	200	g		10袋	10袋	デスポ丼(大)、プラスチックスプーン	ビニール袋、おたま	161	2.8	0.4	35.0	0.0
	みそ汁(味噌)	箱	20	Kg	6	g		60g	—	デスポ丼(小)	お玉、缶切り	13	0.7	0.5	1.5	0.7
	汁用水	本	2	ℓ	200	ml		1本	1本							
	ぬくもりミキサー(チキン)	缶	70	g	1	缶		10缶	10缶	デスポ丼(小)	なし	93	8.8	2.5	8.8	0.2
10回目	メイバランスmini	P	125	ml	1	P		10P	10P	*デスポ丼(小)	なし	200	8.0	7.0	26.3	0.4
								小計				467	20.34	10.35	71.55	1.3
	白がゆ	袋	200	g	200	g		10袋	10袋	デスポ丼(大)、プラスチックスプーン	ビニール袋、おたま	161	2.8	0.4	35.0	0.0
	パンプキンスープ	袋	200	g	200	g		10袋	10袋	デスポ丼(大)	*トミ者マドラー	210	7.0	6.8	30.4	1.2
	茶碗むし(かつお)	個	75	g	1	個		10個	10個		なし	80	5.0	3.6	0.6	0.6
11回目	メイバランスmini	P	125	ml	1	P		10P	10P	*デスポ丼(小)	なし	200	8.0	7.0	26.3	0.4
								小計				651	22.8	17.8	92.3	2.2
												1548	55.38	36	241.3	5.3

*トミ必要な方は、液状のものについて、トミをつけて提供する。

作成者： 2021/12/6