

ニュートリションライナー 食品開発編  
帳票サンプル集

※ 出力する栄養素は自由に選択できます。

# 食品明細表

作成日:2019/09/13

ファイル名: ウィンナーと野菜のトマト煮

材料名	正味量 (g)	エネルギー (Kcal)	水分 (g)	タンパク質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食物繊維 総量 (g)	ナトリウム (mg)	食塩 相当量 (g)	構成比 (%)
11186 ぶた [ソーセージ類] ウィンナーソーセージ	30.00	96	15.9	4.0	8.6	0.9	0.0	219	0.6	11.18
02017 じゃがいも 塊茎 生	100.00	76	79.8	1.6	0.1	17.6	1.3	1	0.0	37.27
06153 たまねぎ りん茎 生	100.00	37	89.7	1.0	0.1	8.8	1.6	2	0.0	37.27
04013 えんどう 全粒 青えんどう ゆで	15.00	22	9.6	1.4	0.1	3.8	1.2	0	0.0	5.59
17034 トマトピューレー	20.00	8	17.4	0.4	0.0	2.0	0.4	4	0.0	7.45
17026 洋風だし	3.00	0	2.9	0.0	0.0	0.0	0.0	5	0.0	1.12
17012 食塩	0.30	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	117	0.3	0.11
合計	268.30	239	215.3	8.4	8.9	33.1	4.5	348	0.9	
基準量100.00(g)あたり	100.00	89	80.2	3.1	3.3	12.3	1.7	130	0.3	

# 食品材料表

作成日:2019/09/13

ウインナーと野菜のトマト煮  
分量:1人前

食品 番号	材料名	正味量	準備量	一人当り 正味量	一人当り 準備量	構成比 (%)
11186	ぶた [ソーセージ類] ウイ	30.00	30.00 g	30.00	30.00 g	11.18
02017	じゃがいも 塊茎 生	100.00	110.00 g	100.00	110.00 g	37.27
06153	たまねぎ りん茎 生	100.00	106.00 g	100.00	106.00 g	37.27
04013	えんどう 全粒 青えんどう	15.00	6.82 g	15.00	6.82 g	5.59
17034	トマトピューレー	20.00	20.00 g	20.00	20.00 g	7.45
17026	洋風だし	3.00	3.00 g	3.00	3.00 g	1.12
17012	食塩	0.30	0.30 g	0.30	0.30 g	0.11

メモ:

# 栄養価一覧表

作成日:2019/09/13

料理名 : ウィンナーと野菜のトマト煮

栄養素名	栄養価	100.00g当り
エネルギー	239 (Kcal)	89 (Kcal)
水分	215.3 (g)	80.2 (g)
タンパク質	8.4 (g)	3.1 (g)
アミノ酸組成によるタンパク質	6.4 (g)	2.4 (g)
脂質	8.9 (g)	3.3 (g)
トリアシルグリセロール当量	8.4 (g)	3.1 (g)
飽和脂肪酸	3.07 (g)	1.14 (g)
一価不飽和脂肪酸	3.82 (g)	1.42 (g)
多価不飽和脂肪酸	1.17 (g)	0.44 (g)
n-3系多価不飽和脂肪酸	0.08 (g)	0.03 (g)
n-6系多価不飽和脂肪酸	1.08 (g)	0.40 (g)
アライクン酸	0.09 (mg)	0.03 (mg)
イコサペンタエン酸	0.00 (mg)	0.00 (mg)
ドコサヘキサエン酸	0.00 (mg)	0.00 (mg)
コレステロール	18 (mg)	7 (mg)
炭水化物	33.1 (g)	12.3 (g)
利用可能炭水化物単糖等量	27.7 (g)	10.3 (g)
水溶性食物繊維	1.5 (g)	0.6 (g)
不溶性食物繊維	3.0 (g)	1.1 (g)
食物繊維総量	4.5 (g)	1.7 (g)
灰分	2.6 (g)	1.0 (g)
ナトリウム	348 (mg)	130 (mg)
カリウム	754 (mg)	281 (mg)
カルシウム	34 (mg)	13 (mg)
マグネシウム	44 (mg)	16 (mg)
リン	148 (mg)	55 (mg)
鉄	1.3 (mg)	0.5 (mg)
亜鉛	1.1 (mg)	0.4 (mg)
銅	0.24 (mg)	0.09 (mg)
マンガン	0.30 (mg)	0.11 (mg)

栄養素名	栄養価	100.00g当り
タニン	0.00 (g)	0.00 (g)
ポリフェノール	0.0 (g)	0.0 (g)
酢酸	0.0 (g)	0.0 (g)
調理油	0.0 (g)	0.0 (g)
有機酸	0.7 (g)	0.3 (g)
加テフ	0 (μg)	0 (μg)
加テフ	133 (μg)	50 (μg)
-クリプトキサンチン	0 (μg)	0 (μg)
-加テフ当量	134 (μg)	50 (μg)
レチノール当量	11 (μg)	4 (μg)
ビタミンD	0.1 (μg)	0.0 (μg)
トコフェロール	0.7 (mg)	0.3 (mg)
トコフェロール	0.0 (mg)	0.0 (mg)
トコフェロール	0.4 (mg)	0.1 (mg)
トコフェロール	0.0 (mg)	0.0 (mg)
ビタミンK	3 (μg)	1 (μg)
ビタミンB1	0.26 (mg)	0.10 (mg)
ビタミンB2	0.10 (mg)	0.04 (mg)
ナイアシン	2.9 (mg)	1.1 (mg)
ビタミンB6	0.41 (mg)	0.15 (mg)
ビタミンB12	0.3 (μg)	0.1 (μg)
葉酸	44 (μg)	16 (μg)
パントテン酸	1.04 (mg)	0.39 (mg)
ビオチン	3.7 (μg)	1.4 (μg)
ビタミンC	48 (mg)	18 (mg)
食塩相当量	0.9 (g)	0.3 (g)
アルコール	0 (g)	0 (g)
硝酸イオン	0.0 (g)	0.0 (g)
テオブロミン	0.0 (g)	0.0 (g)
カフェイン	0.00 (g)	0.00 (g)

# 群別集計表

作成日:2019/09/13

ウインナーと野菜のトマト煮

食品群	正味量 (g)	エネルギー (Kcal)	水分 (g)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食物繊維 総量 (g)	ナトリウム (mg)	食塩 相当量 (g)
<b>穀類</b>									
米	0.00	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0
小麦	0.00	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0
大麦・雑穀・その他	0.00	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0
<b>いも及びでん粉類</b>									
さつまいも・じゃがいも	100.00	76	79.8	1.6	0.1	17.6	1.3	1	0.0
その他のいも類	0.00	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0
でん粉・でん粉製品	0.00	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0
<b>砂糖及び甘味類</b>									
砂糖及び甘味類	0.00	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0
<b>豆類</b>									
大豆と大豆製品	0.00	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0
その他の豆類	15.00	22	9.6	1.4	0.2	3.8	1.2	0	0.0
<b>種実類</b>									
種実類	0.00	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0
<b>野菜類</b>									
緑黄色野菜	0.00	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0
その他の野菜	100.00	37	89.7	1.0	0.1	8.8	1.6	2	0.0
<b>果実類</b>									
果実類	0.00	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0
<b>きのこ類</b>									
きのこ類	0.00	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0
<b>藻類</b>									
藻類	0.00	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0
<b>魚介類</b>									
魚介類(生)(干)	0.00	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0
水産練り製品	0.00	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0
<b>肉類</b>									
肉類	30.00	96	15.9	4.0	8.6	0.9	0.0	219	0.6
<b>卵類</b>									
卵類	0.00	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0
<b>乳類</b>									
牛乳	0.00	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0
乳製品	0.00	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0
<b>油脂類</b>									
油脂類	0.00	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0
<b>菓子類</b>									
菓子類	0.00	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0
<b>嗜好飲料類</b>									
嗜好飲料類	0.00	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0
<b>調味料及び香辛料類</b>									
調味料及び香辛料類	23.30	8	20.3	0.4	0.0	2.0	0.4	126	0.3
<b>調理加工食品類</b>									
調理加工食品類	0.00	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0
<b>その他</b>									
その他	0.00	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0	0.0
合計	268.30	239	215.3	8.4	9.0	33.1	4.5	348	0.9

# セットメニュー明細表

作成日:2019/09/13

ファイル名: おにぎりセット

食品名	正味量	エネルギー	水分	タンパク質	脂質	炭水化物	食物繊維 総量	ナトリウム	食塩 相当量	構成比
材料名	(g)	(Kcal)	(g)	(g)	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(%)
おにぎり (明太高菜)										
01111 こめ [うるち米製品] おにぎり	90.00	161	51.3	2.4	0.3	35.5	0.4	180	0.5	82.19
10204 すけとうだら からしめんたいこ	8.00	10	5.3	1.7	0.3	0.2	0.0	176	0.4	7.31
06148 たかな たかな漬	10.00	3	8.3	0.3	0.0	0.7	0.5	230	0.6	9.13
09004 あまのり 焼きのり	1.50	3	0.0	0.6	0.1	0.7	0.5	8	0.0	1.37
食品計	109.50	177	64.9	5.0	0.7	37.1	1.4	594	1.5	
かぼちゃサラダ										
06048 西洋かぼちゃ 果実 生	60.00	55	45.7	1.1	0.2	12.4	2.1	1	0.0	60.85
06065 きゅうり 果実 生	15.00	2	14.3	0.1	0.0	0.5	0.2	0	0.0	15.21
06153 たまねぎ りん茎 生	15.00	6	13.5	0.1	0.0	1.3	0.2	0	0.0	15.21
17043 マヨネーズ 卵黄型	8.00	54	1.6	0.2	5.8	0.1	0.0	72	0.2	8.11
17012 食塩	0.50	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	195	0.5	0.51
17065 こしょう 混合 粉	0.10	0	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0	0.0	0.10
食品計	98.60	117	75.1	1.5	6.0	14.4	2.5	268	0.7	
すまし汁										
09039 わかめ 原藻 生	8.00	1	7.1	0.2	0.0	0.4	0.3	49	0.1	4.79
04091 湯葉 干し 湯戻し	8.00	13	5.8	1.3	0.8	0.0	0.1	0	0.0	4.79
17021 かつお・昆布だし	150.00	3	148.8	0.5	0.0	0.5	0.0	51	0.1	89.82
17012 食塩	1.00	0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	390	1.0	0.60
食品計	167.00	17	161.7	2.0	0.8	0.9	0.4	490	1.2	
メニュー計	375.10	311	301.7	8.5	7.5	52.4	4.3	1352	3.4	

# 糖尿病交換表

作成日:2019/09/13

ファイル名:おにぎりセット

食品名	正味量	表 1	表 2	表 3	表 4	表 5	表 6	付録 1	付録 2	付録 4	1食分 -	食塩
材料名	(g)	穀類など	果物類	肉・魚類	乳製品	油脂類	野菜類	調味料	嗜好品	その他	(Kcal)	(g)
おにぎり (明太高菜)												
01111 こめ [うるち米製品] おにぎり	90.00	2.0									161	0.5
10204 すけとうだら からしめんたいこ	8.00			0.1							10	0.4
06148 たかな たかな漬	10.00										3	0.6
09004 あまのり 焼きのり	1.50										3	0.0
食品計	109.50	2.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	177	1.5
かぼちゃサラダ												
06048 西洋かぼちゃ 果実 生	60.00						0.7				55	0.0
06065 きゅうり 果実 生	15.00										2	0.0
06153 たまねぎ りん茎 生	15.00						0.1				6	0.0
17043 マヨネーズ 卵黄型	8.00					0.7					54	0.2
17012 食塩	0.50										0	0.5
17065 こしょう 混合 粉	0.10										0	0.0
食品計	98.60	0.0	0.0	0.0	0.0	0.7	0.8	0.0	0.0	0.0	117	0.7
すまし汁												
09039 わかめ 原藻 生	8.00										1	0.1
04091 湯葉 干し 湯戻し	8.00			0.2							13	0.0
17021 かつお・昆布だし	150.00										3	0.1
17012 食塩	1.00										0	1.0
食品計	167.00	0.0	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	17	1.2
メニュー計	375.10	2.0	0.0	0.3	0.0	0.7	0.8	0.0	0.0	0.0	311	3.4

# 腎臓病交換表

作成日:2019/09/13

ファイル名:おにぎりセット

1単位 = 1杯 - 80kcal

食品名	正味量	表1	表2	表3	表4	表5	表6	別表1	別表2	別表3	別表4	別表5	その他	動物性 タンパク質	植物性 タンパク質	加味	リ	ビタミンC	葉酸	食塩 相当量
材料名	(g)	穀類	果実他	野菜類	肉豆魚	砂糖他	油脂類	きのこ他	嗜好飲料	菓子類	調味料	加工食品	治療用	(g)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(μg)	(g)
おにぎり (明太高菜)																				
01111 こめ [うるち米製品] おにぎり	90.00	2.0												0.0	2.4	28	33	0	3	0.5
10204 すけとうだら からしめんたいこ	8.00				0.1									1.7	0.0	14	23	6	3	0.4
06148 たかな たかな漬	10.00													0.0	0.3	45	4	3	8	0.6
09004 あまのり 焼きのり	1.50													0.0	0.6	36	11	3	29	0.0
食品計	109.50	2.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.7	3.3	123	71	12	43	1.5
かぼちゃサラダ																				
06048 西洋かぼちゃ 果実 生	60.00			0.7										0.0	1.1	270	26	26	25	0.0
06065 きゅうり 果実 生	15.00													0.0	0.1	30	5	2	4	0.0
06153 たまねぎ りん茎 生	15.00			0.1										0.0	0.1	23	5	1	2	0.0
17043 マヨネーズ 卵黄型	8.00						0.7							0.0	0.2	2	6	0	0	0.2
17012 食塩	0.50													0.0	0.0	1	0	0	0	0.5
17065 こしょう 混合 粉	0.10													0.0	0.0	1	0	0	0	0.0
食品計	98.60	0.0	0.0	0.8	0.0	0.0	0.7	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.5	327	42	29	31	0.7
すまし汁																				
09039 わかめ 原藻 生	8.00													0.0	0.2	58	3	1	2	0.1
04091 湯葉 干し 湯戻し	8.00				0.2									0.0	1.3	11	14	0	0	0.0
17021 かつお・昆布だし	150.00													0.0	0.5	95	20	0	2	0.1
17012 食塩	1.00													0.0	0.0	1	0	0	0	1.0
食品計	167.00	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	2.0	165	37	1	4	1.2
メニュー計	375.10	2.0	0.0	0.8	0.3	0.0	0.7	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	0.0	1.7	6.8	615	150	42	78	3.4