

# お詫びと訂正

株式会社みらい

このたびは、『給食経営管理実習ワークブック〔第4版〕』（第1刷）をお買い上げいただきまして誠にありがとうございました。本書に誤りがございましたので、下線部のとおり訂正させていただきます。ご迷惑をおかけしましたことを深くお詫び申し上げます。

## ■ 32頁 図表1-2-3 食品構成表(1,800kcal、18食品群)の作成例【シート6】作成条件

- ①主食の摂取頻度は3日間（3食×3日=9回）とし、米6回、パン類2回、めん類1回とした。
- ②たんぱく質源（主菜）の摂取頻度は、肉類3回、魚介類3回、卵類3回とした。
- ③植物性食品の大豆製品の摂取頻度は、2回とした。
- ④穀類エネルギー比率50%E（炭水化物エネルギー比率60～65%E）
- ⑤たんぱく質エネルギー比率15%E（動物性たんぱく質比率45%）、脂質エネルギー比率20～25%E

## ■ 33頁(図表1-2-3の続き)

作成の手順		食品群	1人当たり 重量 (g)	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (アミノ酸組成によるたん ぱく質) (g)	脂質 (トリグリセリド量) (g)
穀類の使用量の決定	ポイント 一定期間の摂取頻度を考慮して決定する ※穀類エネルギー比率 $50\%$ E 1,800 kcal × 0.5 = 900 kcal	米	155	530	8.2	1.2
	1) パン類（3日で2回）：1回120g（食パン6枚切2枚） $120\text{ g} \times 2\text{ 回} / 3\text{ 日} = 80\text{ g}$ $254\text{ kcal} \times 80\text{ g} / 100\text{ g} = 203\text{ kcal}$	パン類	80	203	6.0	3.2
	2) めん類（3日で1回）：1回150g（うどん1玉） $150\text{ g} \times 1\text{ 回} / 3\text{ 日} = 50\text{ g}$ $347\text{ kcal} \times 50\text{ g} / 100\text{ g} = 174\text{ kcal}$	めん類	50	174	6.0	0.8
	3) 米 $(900 - 203 - 174)\text{ kcal} / 342\text{ kcal} \times 100\text{ g} = 153\text{ g}$	小計(A)		907	20.2	5.2
動物性食品の使用量の決定	ポイント 各食品群の摂取量は健康日本21、食生活指針などを参考にして決定する ※たんぱく質エネルギー比率 $15\%$ E 1,800 kcal × 0.15 = 270 kcal $270\text{ kcal} / 4$ (Atwaterの係数) = $67.5\text{ g}$ $67.5\text{ g} \times 0.45 = 30.4\text{ g}$	肉類	60	88	10.5	4.4
	1) 肉類（3日で3回）：1回60g $60\text{ g} \times 3\text{ 回} / 3\text{ 日} = 60\text{ g}$	魚介類	60	76	9.5	3.1
	2) 魚介類（3日で3回）：1回60g $60\text{ g} \times 3\text{ 回} / 3\text{ 日} = 60\text{ g}$	卵類	40	56	4.5	3.7
	3) 卵類（3日で3回）：1回40g $40\text{ g} \times 3\text{ 回} / 3\text{ 日} = 40\text{ g}$	牛乳	200	122	6.0	7.0
	4) 牛乳：1回200g	小計(B)		342	30.5	18.2

裏面に続きます

植物性食品の使用量の決定	ポイント 各食品群の摂取量は健康日本21、食生活指針などを参考にして決定する ※植物性食品で摂取するたんぱく質 $67.5 \text{ g} - 20.2 \text{ g} (\text{穀類のたんぱく質}) - 30.5 \text{ g} (\text{動物性食品のたんぱく質}) = 16.8 \text{ g}$		大豆製品	80	94	7.4	6.6
	1) 大豆製品 (3日で2回) : 1回 120 g $120 \text{ g} \times 2\text{回} / 3\text{日} = 80 \text{ g}$		緑黄色野菜	120	30	1.2	0.1
	2) 緑黄色野菜の摂取量の決定		その他の野菜	230	53	1.8	0.0
	3) その他の野菜の摂取量の決定		きのこ類	5	1	0.1	0.0
	4) きのこ類の摂取量の決定		藻類	5	8	0.4	0.0
	5) 藻類の摂取量の決定		みそ	15	28	1.6	0.8
	6) みその摂取量の決定		いも類	50	39	0.7	0.5
	7) いも類の摂取量の決定		果実類	150	75	0.6	0.2
	8) 果実類の摂取量の決定		その他の穀物	30	104	2.8	0.8
	9) その他の穀物で摂取するたんぱく質量の決定 1) ~8) のたんぱく質量 $(7.4 + 1.2 + 1.8 + 0.1 + 0.4 + 1.6 + 0.7 + 0.6) = 13.8 \text{ g}$ $(16.8 \text{ g} - 13.8 \text{ g}) / 9.3 \text{ g} \times 100 \text{ g} = 32 \text{ g}$		小計 (C)	432	16.6	9.0	

砂糖・油脂類の使用量の決定	ポイント 一定期間の摂取頻度を考慮して決定する パン類 (3日で2回) に、ジャム 10 g を使用 1) 砂糖の摂取量の決定 ジャム 10 g × 2回 / 3日 = 7 g 調味料として 10 g 計 17 g $262 \text{ kcal} \times 17 \text{ g} / 100 \text{ g} = 45 \text{ kcal}$		小計 (A+B+C)	1,681	67.3	32.4
	砂糖及び甘味類	17	45	0.0	0.0	
	油脂類	9	75	0.0	8.2	
	小計		120	0.0	8.2	
	総合計		1,801	67.3	40.6	

【エネルギー産生栄養素バランス】 P比(たんぱく質エネルギー比率) : 14.9%E F比(脂質エネルギー比率) : 20.3%E C比(炭水化物エネルギー比率) : 64.8%E
---