

かぞくの 年齢・性別	食品群	牛乳・乳製品									野菜			
		牛乳・乳製品		卵	肉・魚	豆・大豆製品		野菜		芋	果物	牛乳	肉・魚	その他の野菜
		牛乳	チーズ			青菜	その他の野菜							
	合計 (1日の目安の量)													
1	給食・外食分													
	給食分を引いた量 (予算の目安の量)	g	g	g	g	g	g	g	g	g				
2	100g単価	19円	148円	40円	167円	47円	60円	39円	26円	60円				
	1日の金額	円	円	円	円	円	円	円	円	円				
3	1日のおかず代 (割当額)	(上段の合計)										円		

	牛乳	肉・魚	その他の野菜
小学校 給食	100g	20g	30g
中学校 給食	100g	30~40g	30~40g
社員食堂・外食		30~40g	30~40g

