学校給食栄養計算ソフト「N-Calc」マニュアル

2011年2月26日 gbb60166@gmail.com

■ バグ発生

なるべくバグがないように心がけたつもりですが、万一エラーが起きて

Microsoft Visual Basic
実行時エラー '9':
インデックスが有効範囲にありません。
維続(2) 終了(E) (デバッグ(D) ヘルプ(H)

のようなダイアログが開いた場合は「終了(E)」を押して終了して下さい。よく分からず「デバッグ(D)」なん か押してしまうと初心者はパニックになると思います。ただし献立入力中だった場合は一日分のデータがぶっ 飛んでしまう(消えて無くなってしまう)でしょう。(^^; もしかすると「計算」というワークシートに残骸 が残っているかもしれません。その場合は A1:E50 を切り取って該当するワークシートの該当日にちに張り付 けてやるとある程度復旧できるかも知れません。(ただし初心者はやめた方が無難です。)

どういう手順で操作をすると必ずエラーが起こるのかハッキリするならば(再現性があるといいます),私 にご連絡下さい。可能な限り対処するつもりです。しかし、作った本人も未だに十分理解していないので情報・ ご指導を頂けると幸いです。(^^;

■ 使い方

まず, Excel97 以降 がインストールされている必要があります。Excel2000/2002/2003 の場合は「ツール(T)」 「マクロ(M)」「セキュリティ(S)」でセキュリティレベルを「中」に

セキュリティ	<u>? ×</u>
セキュリティ レベル	信頼できる発行元
○ 最高(V) 信頼で ます。その他のマ	きる場所にインストールされたマクロだけを実行することができ クロは、署名の有無にかかわらず実行不可になります。
○ 高(<u>H</u>) 信頼でき す。署名のない	る作成元からの署名付きのマクロだけを実行することができま マクロは自動的に実行不可になります。
● 中価) コンピュー ます。	タに損害を与える可能性があるマクロを実行する前に警告し
○ 低(L) (推奨しま) 前に警告しませ/ のドキュメントが多い	さん)コンピュータに損害を与える場合があるマクロを実行する 」。ウイルス検索プログラムがインストールされているが、すべて 2全であると確認した場合のみ設定してください。
	OK キャンセル

Excel2007 の場合は画面の左上に表示される「オフィスボタン」をクリックして「Excel のオプション(I)」「『セ キュリティセンター』タブ」「セキュリティセンターの設定(T)」「『信頼できる場所』タブ」「新しい場所の追 加(A)」でパス:「C:¥NCalc」説明:「N-Calc フォルダ」のように N-Calc ファイルのあるフォルダを指定して 下さい。

その後 N5110219.xls を開いて下さい。マクロウィルスに関する警告ダイアログが開くことがありますが「マクロを有効にする(E)」をクリックして下さい。



■ 初期値設定

最初に『初期値設定(S)』で「基礎情報」「基準値」「食品構成別-米飯」「食品構成別-パン」を設定して下さい。

初期値設定	X
基礎情報 基準値 食品構成別	別-米飯│食品構成別-バン│
2003 年 データ	Utzył 5 %
- 学校情報	
学校名 佐賀県立	立唐津商業高等学校
学校栄養職員	聿恵
校長校長氏名	2
その他	÷
削除	追加
	閉じる ヘルブ
初期値設定	X
基礎情報 基準値 食品構成器	別-米飯 食品構成別-バン
熱量 (kcal) 830	亜鉛 (mg) 3
蛋白 (c) 29	レチノール当量 190
脂質(g) 29	ビタミンB1 (mg) 0.40
辰水化物 (e) 115	ビタミンB2 (mg) 0.50
Na (g) 1181	E32)C (mg) 30
Ca (mg) 350	
(mg) 130	
at (mg) 4	
	閉じる ヘルプ

初期値設定			×
基礎情報 基準値 食品	1構成別-:	米飯 │食品構成別-ノ	2
バン及び麺(e)	30	。 きのこ類 (e)	4
米·大麦等 (g)	66	藻類 (e)	4
牛乳 (g)	206	魚介類 @)	17
小麦粉及びその製品 (g)	9	小魚類(g)	4
芋及びでんぶん類 (e)	46	肉類 (g)	19
砂糖類(g)	4	卵類(g)	8
豆類 (e)	6	乳類 (g)	4
豆製品類 (g)	18	油脂類(g)	4
種実類 (g)	4	米・大麦の製品(。)	
緑黄色野菜類 (g)	35	調味·香辛料等(g)	
その他野菜類(g)	82	菓子類 (g)	
果実類(2)	40	その他竹串等(。)	
	閉	じる 🛛 🗠	レゴ
初期値設定			<mark>ار د</mark>
初期値設定	品構成別一: 	米飯 食品構成別-ノ	×
初期値設定 基礎情報 基準値 食品 バン及び麺 (g)	品構成別- 80	米飯 食品構成別-ノ きのこ類 (g)	ン ン 4
初期値設定 基礎情報 基準値 食品 バン及び麺 (e) 米·大麦等 (e)	品構成別- 80	米飯 食品構成別-ノ きのこ類 (g) 藻類 (g)	ン (ン) 4 4 4
初期値設定 基礎情報 基準値 食品 パン及び麺 (c) 米・大麦等 (c) 牛乳 (c)	日構成別- 80 206	米飯 食品構成別ー) きのこ類 (g) 藻類 (g) 魚介類 (g)	× や 4 4 17
 初期値設定 基礎情報 基準値 食品 パン及び麺 (e) 米・大麦等 (e) 牛乳 (e) 小麦粉及びその製品 (e) 	品構成別- 80 206 9	米飯 食品構成別ーノ きのこ類 (g) 藻類 (g) 魚介類 (g) 小魚類 (g)	× ドン 4 17 4
 初期値設定 基礎情報 基準値 食品 パン及び麺 (e) 米・大麦等 (e) 牛乳 (e) 小麦粉及びその製品 (e) 芋及びでんぷん類 (e) 	品構成別- 80 206 9 46	米飯 食品構成別ー/ きのこ類 (e) 藻類 (e) 魚介類 (e) 小魚類 (e) 肉類 (e)	ン (ン) 4 4 17 4 19
 初期値設定 基礎情報 基準値 食品 パン及び麺 (e) 米・大麦等 (e) 牛乳 (e) 小麦粉及びその製品 (e) 芋及びでんぶん類 (e) 砂糖類 (e) 	品構成別- 80 206 9 46 4	米飯 食品構成別ー/ きのこ類 (e) 藻類 (e) 魚介類 (e) 小魚類 (e) 肉類 (e) 卵類 (e)	× や 4 4 17 4 19 8
 初期値設定 基礎情報 基準値 食品 パン及び麺 (e) 米・大麦等 (e) 牛乳 (e) 小麦粉及びその製品 (e) 芋及びでんぶん類 (e) 砂糖類 (e) 豆類 (e) 	日構成別- 80 206 9 46 4 6	米飯 食品構成別ー) きのご類 (g) 藻類 (g) 魚介類 (g) 小魚類 (g) p)類 (g) 乳類 (g)	× ドン 4 4 17 4 19 8 8 4
 初期値設定 基礎情報 基準値 食語 バン及び麺 (e) 米・大麦等 (e) 牛乳 (e) 小麦粉及びその製品 (e) 芋及びでんぶん類 (e) 砂糖類 (e) 豆類 (e) 豆製品類 (e) 	日構成別- 80 206 9 46 4 6 18	米飯 食品構成別ー) きのご類 (e) 藻類 (e) 魚介類 (e) 小魚類 (e) 肉類 (e) 和類 (e) 乳類 (e) 油脂類 (e)	× 1 4 4 17 4 19 8 4 4 4 4 4 4
 初期値設定 基礎情報 基準値 食品 パン及び麺 (e) 米・大麦等 (e) 牛乳 (e) 小麦粉及びその製品 (e) 芋及びでんぷん類 (e) 砂糖類 (e) 豆類品類 (e) 種実類 (e) 	品構成別- 80 206 9 46 4 6 18 18 4	米飯 食品構成別) きのご類 (e) 藻類 (e) 魚介類 (e) 小魚類 (e) 和類 (e) 乳類 (e) 乳類 (e) 油脂類 (e) 米・大麦の製品 (e)	× ドン 4 4 17 4 19 8 4 4 4 4 4 19
 初期値設定 基礎情報 基準値 食品 バン及び麺 (e) 米・大麦等 (e) 牛乳 (e) 小麦粉及びその製品 (e) 芋及びでんぶん類 (e) 砂糖類 (e) 豆類品類 (e) 種実類 (e) 緑黄色野菜類 (e) 	日構成別- 80 206 9 46 4 6 18 18 4 35	米飯 食品構成別/ きのこ類 (e) 藻類 (e) 魚介類 (e) 小魚類 (e) 小類 (e) 和類 (e) 乳類 (e) 油脂類 (e) 米・大麦の製品 (e) 調味・香辛料等 (e)	× ドン 4 4 17 4 19 8 4 4 4 4 19
 初期値設定 基礎情報 基準値 食品 パン及び麺 (e) 米・大麦等 (e) 牛乳 (e) 小麦粉及びその製品 (e) 芋及びでんぶん類 (e) 砂糖類 (e) 豆類品類 (e) 種実類 (e) 緑黄色野菜類 (e) その他野菜類 (e) 	品構成別ー 80 206 206 9 46 4 6 18 4 35 82	 米飯 食品構成別ー) きのご類(e) 藻類(e) 魚介類(e) 小魚類(e) 小類(e) 和類(e) 乳類(e) 乳類(e) 乳類(e) 米・大麦の製品(e) 調味・香辛料等(e) 菓子類(e) 	× 1 4 4 17 4 19 8 4 4 4 4 4 19 19 8 4 19 19 19 19 19 19 19 19 19 19
 初期値設定 基礎情報 基準値 食品 パン及び麺 (e) 米・大麦等 (e) 牛乳 (e) 小麦粉及びその製品 (e) 芋及びでんぶん類 (e) 砂糖類 (e) 豆類品類 (e) 豆製品類 (e) 種実類 (e) 緑黄色野菜類 (e) その他野菜類 (e) 果実類 (e) 	品構成別ー 80 206 206 9 46 4 6 18 4 35 82 82 40	 米飯 食品構成別ー) きのご類(e) 藻類(e) 魚介類(e) 小魚類(e) 小魚類(e) 和類(e) 乳類(e) 乳類(e) 乳類(e) 米・大麦の製品(e) 調味・香辛料等(e) 菓子類(e) その他竹串等(e) 	× 1 4 4 17 4 19 8 4 4 4 4 4 19 19 19 19 19 19 19 19 19 19
 初期値設定 基礎情報 基準値 食品 パン及び麺 (e) 米・大麦等 (e) 牛乳 (e) 小麦粉及びその製品 (e) 芋及びでんぶん類 (e) 砂糖類 (e) 豆類 (e) 豆類 (e) 種実類 (e) 種実類 (e) その他野菜類 (e) 果実類 (e) 	品構成別ー 80 206 9 46 4 6 18 4 35 82 82 40	 米飯 食品構成別ー) きのご類(e) 藻類(e) 魚介類(e) 小魚類(e) 小魚類(e) 和類(e) 乳類(e) 乳類(e) 米・大麦の製品(e) 調味・香辛料等(e) 菓子類(e) その他竹串等(e) 	×
 初期値設定 基礎情報 基準値 食品 パン及び麺 (e) 米・大麦等 (e) 牛乳 (e) 中麦粉及びその製品 (e) 芋及びでんぷん類 (e) 砂糖類 (e) 豆類品類 (e) 豆製品類 (e) 種実類 (e) 緑黄色野菜類 (e) 果実類 (e) 	品構成別ー 80 206 9 46 4 6 18 4 35 82 40	 米飯 食品構成別ー/ きのご類(e) 藻類(e) 魚介類(e) 小魚類(e) 小類(e) 和類(e) 乳類(e) 乳類(e) 米・大麦の製品(e) 調味・香辛料等(e) 菓子類(e) その他竹串等(e) 	× ドン 4 17 4 19 8 4 19 8 4 19 8 4 19 19 19 19 19 19 19 19 19 19

ワークシートは2009年の日付で初期化されています。サンプルとして6月のデータが入力されています。 ご自分で使用するときの参考にして下さい。(とりあえず6月のデータを使って「献立表を整形」したり「発 注書を印刷」することをお勧めします。)

もしすべてのデータをクリアしたいときは「データリセット」ボタンを押すと設定した西暦で4月~3月の ワークシートが初期化されます(1~3月は自動的に次の西暦に変わります)。

その後,発注先の店の名前を追加したり削除して下さい。発注先の「その他」は特別な発注先で,発注先が 「その他」になっている食品は注文書が作成されません。さらに,「その他」だけは削除も出来ません。 ■ 成分表の編集

メニューから『成分表編集エディタ(E)』を選ぶとエディタが開きます。

成分表編集エディ	۶				×
食品番号 01-	-005	747品目中 1番目	一覧印刷 閉じる	1	
食品名 七次	分つき押麦				-
廃棄率	0 %				
- データ (可食語	部 100 e当;	たり)		ヘルプ	
熱量(kcal)	341	鉄 (mg)	1.3		
蛋白 (g)	10.9	亜鉛 (mg)	1.4	一 規格	_
脂質 (g)	2.1	ビタミンA/RE (μg)	0	規格 (kg)	
炭水化物 (e)	72.1	ビタミンB1 (mg)	0.22	規格単位	
Na (mg)	2	ビタミンB2 (mg)	0.07		
Ca (mg)	23	ビタミンC (mg)	0	新立表用別名 王	
Mg (mg)	46	食物繊維 @)	10.3		
		価格(円)	0	保存食追加 しない ・	
				─ 検収書不要欄 ─────	
分類 米·大妻	等	▼ 店 学校給食:	슻 🔽	□ 製造者名	
- 在庫管理				☑ 賞味期限	
在庫量 (kg)		発注単位 (kg)		☑ 鮮度	
最小在庫 (kg)				▼ 品温	

成分表編集エディタで登録されている食品のデータを変更して下さい。食品名は、いったん処理を始めてし まうと途中で変更したとき正常に処理できなくなります。十分に検討して一年間変更をしなくて済むようにし て下さい。また、「データ(可食部 100g 当たり)」内の数値はすべて必須です。必ず数値を記入してください。 空欄は許可されません。

画面上では一つの食品のデータしか見ることしかできないので、「一覧印刷」のボタンを押して印刷をした 方が便利でしょう。ボタンを押すと印刷が行われます。

印刷された表を見ながら変更の必要があるところを修正していきます。スクロール矢印を押すと1つずつ上 下できます。大きく移動させたいときは点滅している「スクロールボックス」をドラッグすると動かせます。 目的の食品が画面に出たら、データを変更して「登録」ボタンを押します。これを繰り返します。

新規に食品を登録するときは次のようにします。新規に登録するとしても実際にはそれに類似した食品がすでに登録されていることでしょう。そこで類似した食品を画面に出します。そして「食品名」を書き換えます。 必要があればデータも書き直します。注意するのは食品番号です。N-Calc では「五訂日本食品標準成分表」 の食品番号を、四訂形式にアレンジして食品を管理しています。食品番号が同一の食品は登録出来ません。そ こで類似した食品には別の番号を振る必要があります(もちろん五訂日本食品標準成分表に登録されている食 品はその番号を使って下さい)。そこで次のように規定します。

「五訂日本食品標準成分表」に従って 12-001 という具合に番号がふってあります。 ただし、食品成分表に載っていない食品については 12-015-s という具合に「成分表においてもっとも近い と思われる番号+s から始まるアルファベット(s, t, u, v, w, x, y, z)」という具合に付けてあります。

たとえば「ぶどうパン」のデータを生かして「みかんパン」を登録したいときはスクロールバーをクリック して「ぶどうパン」を画面に表示します。そして食品名を「みかんパン」と書き直して食品番号を「01-033-s」 と言う具合に「-s」を追加します。さらに必要があればデータを書き直し最後に「登録」を押して下さい。 食品については「五訂日本食品標準成分表」に基づいて入力済みですが、かなりいい加減です。実務で使用さ れていなかった食品などは価格が0円のものが多く見られます。 食品の削除は出来ません。

献立表用別名は,生徒配布用「予定献立表」で用いられます。生徒には「上白糖」やら「三温糖」などと書 いても分からないので献立表用別名には「砂糖」と書いておきます。また,だし取り用の「豚骨」や「鶏がら」, 少量しか使用しない「こしょう」「パプリカ」などの献立表に書かなくても良いものは空欄にしておきます。

「保存食追加」は納品された品物を毎日保存食として保存するかしないを選択します。肉や野菜など毎日保存の必要がある品物は「する」、しょうゆや塩など必ずしも毎日保存の必要がないものは「しない」を選びます。

【注】「成分表編集エディタ」での「分類」の項目は「学校給食栄養報告(週報)書」の「別表 2 学校給食 における食品分類表」に基づく分け方です(「週報 2」というシートを見て下さい)。

■ 在庫管理

在庫管理にも対応しています。ただし、設定には注意が必要です。実際に見てもらった方が早いでしょう。

■ しょうゆ一升(一本) 1.8kgで,発注するときは3本まとめて発注する。
 在庫は700gで,残りが500gになると発注をする場合

在庫量(kg)	0.7
発注単位(kg)	5.4
最小在庫(kg)	0.5
規格(kg)	1.8
規格単位	本

● 木綿豆腐一丁 400g のとき(生鮮食品なので在庫は生じないとする)

在庫量(kg)	設定しない
発注単位(kg)	設定しない
最小在庫(kg)	設定しない
規格(kg)	0.4
規格単位	丁

在庫を生じる食品は「しょうゆ」を参考にして、在庫を生じない食品は「豆腐」を参考にして下さい。在庫 として保存が可能でも年間の使用回数が少なく、廃棄するような食品(うちの学校では「スパイスドック MIX」 唐揚げ用の調味料入り小麦粉?などがそうした例のようです)は「豆腐」を参考にして下さい。

「在庫量」「発注単位」「最小在庫」は3つで1セットとなっています。在庫管理が必要な食品は必ず3つセットで登録して下さい。同様に「規格」「規格単位」も2つで1セットとなっています。登録するときは必ず2つセットで登録して下さい。

★ Tips ★

● ソフトチーズ(8 P)は一個 15g で,発注するときは一箱(8 個×15g=120g)単位でしか発注出来ない。 現在在庫が6 個で,給食当日に使い切ってしまってもよいとき

在庫量(kg)	0.09
発注単位(kg)	0.12
最小在庫(kg)	0
規格(kg)	0.12
規格単位	箱

こうしておくと発注するときは一箱単位で発注されます。在庫量も記入してあるので当日使い切れずに余った分は自動的に記録され、次回発注するときは在庫量も考慮した発注量で注文書が作成されます。注文書には「発注量 360g」「120g×3 箱」というふうに記入されます。

● ソフトチーズ(8P)は一個15gで,発注するときは一個単位で発注が可能である。現在在庫が4個で, 何らかのときのために常に一箱分の在庫は手元に置いておきたいとき

在庫量(kg)	0.06
発注単位(kg)	0.015
最小在庫(kg)	0.12
規格(kg)	0.015
規格単位	個

こうしておくと発注するときは一個単位で発注されます。在庫量も記入してあるので当日使い切れずに余った分は自動的に記録され、次回発注するときは在庫量も考慮した発注量で注文書が作成されます。注文書には「発注量 300g」「15g×20 個」というふうに記入されます。

しかし、本校の実状からすると次のように設定するのがベストのようです。

在庫量(kg)	0.06
発注単位(kg)	0.12
最小在庫(kg)	0
規格(kg)	0.015
規格単位	個

こうしておくと発注量は 120g 単位になるので,一箱単位で発注するのと同じことになります。しかし注文書には「発注量 360g」「15g×24 個」というふうに記入されます。業者からの納品書は「個数」で記入されてきますので,支払いのことを考えるとこのように設定するのが便利なようです。

■ 献立を立てる

一回の給食で使用できる食品数は45品目までです。(変更は可能なのでご意見を聞かせて下さい。私の学校では特別なことがない限りこれで間に合います。プログラムを書く私の都合から食品数は固定する必要があります。あまり多くするとほとんど空欄だらけの表を印刷することになり、紙の無駄使いです。さりとて、食品数に合わせて表の行数を変えるとなると面倒です。私はそのような実装をしたくありません。(^^;)

願太立1年成ナビ!	7-9 -														×
日付		人数	おかず						前(の日	次の日		終了	保存	7
主食					44-100	献立削	除 定	型へ	行打	挿入	行削除	÷	削除	~1//	Ĵ
	食ハン し ミル	ערכע דיי		鱼	午乳	拡大								貼你	t
調理形態	食品群	使用食品名	非熱	重量(g)		蛋白	脂質	Ca	鉄	VA/RE	VB1	VB2	VC	価格	
▼	_														4
_															
•															
•															
-															
•															
•															
-															
-															
-															
															•
炭水化物	Na 食繊維 N	Me 亜鉛 基	準値		830	29.0	24.9	350	4.0	190	0.40	0.50	30	306.00	
122.0		30 3.0 .	合計												
			動物	雪白比/周	皆質比			九	熱後						

6月はデータが入力されています。ワークシートを眺めておいて下さい。編集するときは『献立作成ナビゲータ(N)』を起動して「6/23」のように日付を入れるとサンプルのデータを見たり、編集することが出来ます。

献立作成ナビゲータ	1															X
日付 6/1	(木)	人数 95		かず	チキンプ	7リネ :=	コーンザ	ラダ、椎	茸豆腐	前(の日	次のE	;	終了	保存	7
一主食 ———							献立削	余 定	型へ	行	挿入	行削隊		削除		- -
●米飯 ○食/	やつき	ミルクパン 〇 コッ	べい	2 0	麺	牛乳	拡大								」 貼你	 t
調理形態食	品群	使用食品名	ı	非熱	重量(e)	熱量	蛋白	 脂質	Ca	鉄	VA/RE	VB1	VB2	VC	価格	
飯 👤 鬆	類 💌	精白米	-		95.00	338	5.8	0.9	5	0.8	0	0.08	0.02	0	33.06	4
	類 💌	強化米	-		0.28	1	0.0	0.0	0	0.0	0	0.36	0.01		0.00	
_ ₹	の他・	水	•		123.50	0	0.0	0.0	0	0.0	0	0.00	0.00		0.00	
牛乳 💌 乳	類 💌	牛乳(飲用)	-	◄	206.00	138	6.8	7.8	227	0.0	80	0.08	0.31	2	35.93	
揚げ物 💌 肉	類 💌	若鶏肉(むねん	刻▼		70.00	76	15.6	1.1	3	0.1	6	0.06	0.07	2	76.62	
	味料▼	食塩	•		0.30	0	0.0	0.0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.03	
	啡料▼	こしょう(白)	•		0.01	0	0.0	0.0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.03	
	類 👤	中力粉(2等)	•		3.00	11	0.3	0.1	1	0.0		0.01	0.00	0	0.29	
1	脂類▼	植物油	-		6.00	55	0.0	6.0	0	0.0	0	0.00	0.00		0.93	
	味彩 💌	穀物酢	-		18.00	5	0.0	0.0	0	0.0	0	0.00	0.00		3.20	
- 탄	糖及▼	上白糖	•		4.00	15	0.0	0.0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.57	
	味料 💌	食塩	-		0.80	0	0.0	0.0	0	0.0	0	0.00	0.00	0	0.09	-
炭水化物 Na	食繊維	Mg 亜鉛	基準値	直		830	29.0	24.9	350	4.0	190	0.40	0.50	30	306.00	_
122.0 1181	8.0	130 3.0	合計		885.42	833	39.5	24.9	344	3.2	360	0.74	0.78	51	278.55	
108.2 1147	4.5	105 3.5		動物	蛋白比/腸	實比	67%	27%	加	熱後	336	0.55	0.68	41		

メニューから『献立作成ナビゲータ(N)』を選択して献立の入力をします。日付を「4/1」のように入力し、 人数, 献立名, 主食の種類, 牛乳の有無を入力して下さい。

入力の順序は次のように考えられています。まず「調理形態」「食品群」「食品名」を入力します。クリック をするとマウスだけで選択出来るようになっています。スクロールバーを使うとスクロールすることが出来ま す。

「調理形態」「食品群」「食品名」を選び終わったら分量を入れます。大まかに書くと次のような順番で入力 することになります。(番号は入力する順番であり、実際には入力はしません。)

========					====
(1)飯		(2)穀類	(3)精白米	(18)	100
		(4)穀類	(5) 強化米	(19)	0.3
		(6)その他	(7)水	(20)	130
(8)牛乳		(9)乳類	(10)牛乳(飲用)	(21)	206
(11)焼物	(直火焼)	(12)魚介類	(13)かつお	(22)	80
		(14)調味·香辛料等	(15)濃口しょうゆ	(23)	5
		(16)調味・香辛料等	(17)本みりん	(24)	5

マウスとテンキーを持ち替えることがなくて済むように「マウス」を使うところを先に入力し、その後「テンキー」を使うところを入力します(「Enter」キーを押したときの動作もそのように考えられ作られています)。

10 分ほど作業をして献立を入力したら「保存」ボタンを押して入力した献立をディスクに保存するように して下さい。ハングアップしたとき(「画面のどこを押しても動かなくなったり」「このプログラムは不正な処 理を行ったので強制終了されます」などといったメッセージが出て, Excel が終了してしまうこと)せっかく 入力した献立がパーとなるのを防ぐ目的があります。(ディスクに保存してしまえば, ハングアップしてもデ ィスクに保存したときまでの献立は失われることはありません。)

入力した食品を消したいときは「食品名」のところをクリックして青く反転させ,「行削除」を押すと一行 削除出来ます。 行間に挿入するときは「食品名」をクリックして青く反転させ、「行挿入」を押すとすぐ上の行に空行が作 成されます。

調理形態のところをクリックして青く反転させ、「献立削除」を押すと献立ごと削除出来ます。

一日分のデータをすべて消去したいときは「全削除」を押すと消去出来ます。

ー日分の献立が入力できたら「次の日」ボタンを押すと次の日に移動できます。(少し動作が遅いときがあります)

以前は週報の残食率を正しく計算するために「水」も入力していましたが、平成15年度の週報からは「加 工食品に含まれる水分量は記入するが、汁物等の水分量は記入しないこと」になりました。献立に「水」を入 力しても分類を「その他竹串等」にしておけば、週報作成のときに「水」を除外することが出来ます。

N-Calc では食品を組み合わせて作った献立に名前を付けて保存するという機能があります。サンプルとして既にいくつかの献立が登録済みです。サンプルとして登録されている定型献立を貼り付けるときは「貼付」ボタンを押します。すると新たなダイアログが開き、献立名を聞いてくるので一覧の中から選択して「OK」を押します。すると、既に登録してある献立が最後の行に追加されます。

定型献立の選択			×
調理形態	Ē	貼り付ける献立	
_			•
貼付比率 100 % 🔺			
0	K		キャンセル

食品を一つひとつ組み合わせて作った献立を定型献立として登録するには,登録したい献立の「調理形態」のところをクリックして青く反転させます。そして「定型へ」のボタンを押します。すると献立名を聞いてくるので献立名に「八宝菜」,ふりがなに「はっぽうさい」というふうに名前を付けて「OK」ボタンを押して下さい。

献立名入力	X
献立名(漢字)	八宝菜
ふりがな	はっぽうさい
	OK
	キャンセル

ーヶ月分の献立が入力できたら献立入力エディタを「終了」するとディスクへの保存が行われます。この後, メニューから「献立表作成」や「書類作成」を選択して処理します。

【注】献立を入力した後,日付を間違えていることに気付いたからといって日付を付け直すのはやめて下さい。 最初に「7/1」と日付を入れて献立を入力し始めたのに,間違えて7/2の献立を入れてしまったからといって 日付を「7/2」と入れ直してもそれは「間違った献立はそのまま7/1の献立として保存され,7/2の献立が画 面に呼び出されるだけのこと」です。当然,7/2の献立が入力されていなければ献立は空っぽのままでしょう。

日付を書き直してもコンピュータは「現在画面に表示されている献立を 7/2 の献立として保存したいのか」 それとも単に「7/2 の献立を画面に呼び出したいのか」までは判断出来ません。現在の仕様ではコンピュータ は「7/2 の献立を画面に呼び出したいのだ」と解釈します。そこで日付を間違ったときは

(1) 「7/1」の献立をいったん「定型献立」として保存

- (2) 改めて「7/2」を呼び出したあと、定型献立から「貼付」
- (3) 「7/1」の献立を画面に呼び出して「全削除」を選択

とするしかありません。くれぐれも日付を間違えないようにして下さい。

■ 献立表の整形

メニューから『献立表作成(M)』を押すと献立表の作成が出来ます。入力された食品名を見ながら分類ごと に分けて一ヶ月分の献立表を作成します。

献立表整形	×
- 整形する月	閉じる
10月	献立表整形
	献立表印刷
	プリンタ設定
	ヘルプ

しかし、後で手を加えたいときのために「献立表整形」「献立表印刷」を分けました。「献立表整形」を押す と献立表の整形のみを行います。修正を加えたい箇所がある場合は手を加えて下さい。ただし「献立表整形」 を実行すると前回整形して作成した献立表は消えてしまうので注意して下さい。献立表を整形後、修正を始め てから一旦作業を中止し、翌日作業の続きをするといった場合は「献立表整形」をせずに、直接シートを開い て作業の続きをして下さい。「献立表印刷」を押すと印刷プレビューの画面になるので画面上で確認した後、 上の方にある「印刷(T)」を押して下さい。「設定(S)」を押すとプリンタを選択したり紙の余白を設定するこ とができます。印刷が終わったら「閉じる(C)」を押してプレビュー画面を閉じて下さい。

■ 書類作成

メニューから『書類作成(D)』を押すと「発注別印刷」「指示書整形」「指示書印刷」「栄養計算表印刷」「注 文書印刷」が行えます。



指示書を印刷するときは必ず先に「指示書整形」をして下さい。「指示書整形」を実行すると前回整形して 作成した指示書は消えてしまうので注意して下さい。また,指示書を作成するときは「調理形態」を自動的に 「献立名」につけ替えますが,完全ではないので整形後に確認をして下さい。(おかずが順番に並んでいるこ とが必要です)

印刷する月日は「月指定」「日付指定」の二つから選べます。「月指定」を選択するときはボタンを押して印 刷したい月を選びます。「日付指定」を選択するときは「6/12」~「6/23」のように日付を入力します。

注文書を印刷するときは保存食追加量を設定することが出来ます。(0-157 の騒ぎ以来,加工前の食材と出 来上がった給食を冷凍して保存する必要が出てきたため,殆どの食材について若干余分に注文する必要が出て くるようになりました。)

注文書に入れる日付は処理をしている日付を中心にしてプラスマイナス二週間の範囲で設定できます。

本来「注文書」と「物資検収書」はペアで印刷することを前提としていますが「注文書」だけ印刷したいという要望に応えるため、どちらか一方のみの印刷も可能です。しかし、「注文書」だけを印刷した後、「物資検 収書」も必要になったといって今度は「物資検収書」のみを印刷してしまうと、発注を二回行ったことになってしまい在庫量がずれてしまうので注意して使ってください。

指示書を印刷するときは「調理指示書」「作業工程表」の選択が出来ます。

■ 週報作成

『週報作成(R)』を使うと週報の作成が出来ます(ただし、金額や残食量の記入が済んでいることが必要で す)。既に2009年6月15日(月)~6月19日(金)までに金額・残食量が記入されたデータが入力されてい ます。このデータを使って週報を作ることをお薦めします(献立作成ナビゲータで6月15日(月)~6月19 日(金)を見た場合は金額・残食量がクリアされてしまっています)。

「記入要領印刷」を押すと記入要領が印刷されます。

週報作成			×
第1日目 —		閉じる	
6/1	-	週報整形	
- 献立区分			週報印刷
月曜日	和	•	記入要領印刷
火曜日	洋	•	\m±0±-=>
水曜日	中	•	义创平限甲太吉己
木曜日	その他	▼	プリンタ設定
金曜日	その他		ヘルプ
都道府県名	佐賀県	Ļ	
学校区分	夜間課	課を置く高等	学校, 💌
学校名	唐津商	購高等学校	
共同調理場名			

ご自分でデータを入力するときは次のようにします。まず,『金額・残食量入力エディタ(P)』を起動します。

食品名	購入量(kg)	100g	金額		食品名	購入量(kg)	100g	金額		
ウスターソース	0.285	31.18	89		たまねぎ(生)	1.011	15.00	152		<u>- 閉じる</u>
食塩	0.048	10.70	5			2.938	51.96	1527		前の日
濃口しょうゆ	0.190	33.33	63		「にんじん(生)	1.469	27.03	397		
米みそ(甘みそ)	1.425	31.00	442		鶏卵(全卵)	0.224	25.00	56		「次の日
油揚げ	0.475	160.00	760		兼ねぎ	0.303	60.00	182		
キャベツ(生)	3.353	13.00	436		若鶏肉(もも皮つき)	7.600	120.00	9120	-	
きゅうり(生)	1.454	48.99	712		牛乳(飲用)	19.570	17.26	3378		
さやえんどう(生)	0.522	150.00	783							J
- 残食率(「重量」で	りまなくてり、	ーセンテ	ージョスナ	ງໄວ	:仕様変更されました)					
飯	3 %	5 牛乳	L		5% 揚	ず物		0 %		
煮物	7 %	う あえ	え物		2 % ;+:	物		0 %		
	o/									

金額は成分表編集エディタで入力済みの金額が初期値として代入されます。変更が必要な場合は「100g 当たり」の金額か、もしくは「購入金額」のいずれか一つを書き換えて下さい。金額を書き換えると自動的に成分表のデータが書き変わるのと同時に「100g 当たり」の金額や「購入金額」も書き代わります。ただし「購入金額」を書き換えた場合は、その金額を元に100g 当たりの金額を割り出し、成分表のデータを書き直した後、100g 当たりの金額と購入量を元に再び購入金額を算出しています。そのため、多少の誤差が生じるときもあります。

さらに,調理形態ごとの残食率をパーセンテージで記入して下さい。その後,週報作成を起動して日付を指 定して印刷します。

画面には 15 品目しか表示されないので「▲」「▼」ボタンを押して,すべての食品について金額を確認して下さい。納品書を見ながら作業をすることを想定しているので,食品の表示は業者別に表示されます。

「週報転記」は N-Calc で作成したデータを, 文科省が配布している Excel ファイルに転記するためのものです。N-Calc での週報作成を済ませてから「週報転記」をクリックして下さい。指示に従って文科省の Excel ファイルを指定します。すると自動的に N-Calc のデータが転記されていきます。ただし独自に追加した食品

(メロンゼリーなど)は、文科省の Excel ファイルには登録されていないためエラーが出ますが無視して先 に進んで下さい。またパンなどは事細かに(小麦粉やショートニングの分量まで計算しなければならない)記 入しなければならないため対応が不完全です。週報を作成する期間は(1)パン給食は実施しない(2)五訂成 分表に載っていない食品は使わない(3)加工食品は使わない ことをお勧めします。

■ 平均値計算

『平均値計算・チャート表示(A)』を使用します。

均値計算					
- 計算する月日 -	0.075			給食回数	閉じる
○ 年平均 「	• 月平均 				計算
○期間平均	4/1	シから	3/31		
共进供表达)。		,			
基準他平均 食	品構成別刊	-均			
	平均值	基進値		平均值 九	□劫徐 基進値
重量 (g)		2-+-12	鉄 (mg)		4.0
熱量 (kcal)		830	亜鉛 (mg)		3.0
蛋白 (g)		29.0	ビタミンA(μg) レチノール当量		190
脂質(g)		24.9	ビタミンB1 (mg)		0.40
炭水化物 (g)		122.0	ビタミンB2 (mg)		0.50
Na (mg)		1181	ビタミンC (mg)		30
Ca (mg)		350	食物繊維 (e)		8.0
Mg (mg)		130	価格(円)		306.00
	1	ービタミンの	D値		
		O to	熱前 💿 加熱後	ž	
	l				
			チャート表示		
			77 1301		

「チャート表示」を押すとレーダーチャートが表示されます。

6月の栄養成分レーダーチャート(給食実施 20回)



レーダーチャートを印刷したいときは Excel のボタンから「印刷プレビュー」のボタン Cを押して、印刷 イメージを確認したあと「印刷(T)」を押して印刷して下さい。

「食品構成別平均」を使うと食品構成別平均の計算ができます。

「集計する主食の種類」は「米飯」だけにチェックが付いている状態にすると米飯給食を行ったときだけの平 均が計算出来ます。「表示する摂取目安」を「米飯」にすると米飯の摂取目安が表示されます。

「集計する主食の種類」は「パン」だけにチェックが付いている状態にするとパン給食を行ったときだけの 平均が計算出来ます。「表示する摂取目安」を「パン」にするとパンの摂取目安が表示されます。

「集計する主食の種類」を「米飯」と「パン」だけにすることも可能です。

平均値計算			×
計算する月日 ○年平均 ○月平均 7 ○期間平均 7/1 → から	月 ▼ 7/31		閉じる 計算 ヘルプ
基準値平均(食品構成別平均)		_	
- 集計する主食の種類 - 、 - 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、 、	☑麺	表示する摂取目3 ○ 米飯 ○ ノ	を や
バン及び麺 (e)	30.00	きのご類 (g)	4.00
	66.00	· 滦類 (g)	4.00
牛乳 (g)	206.00	魚介類(2)	17.00
小麦粉及びその製品 (g)	9.00	小魚類(2)	4.00
芋及びでんぷん類(g)	46.00	肉類 (g)	19.00
砂糖類 (g)	4.00	卵類 (g)	8.00
豆類 (g)	6.00	乳類(g)	4.00
豆製品類 (@)	18.00	油脂類 (g)	4.00
種実類(g)	4.00	米・大麦の製品 (g)	
緑黄色野菜類 (g)	35.00	調味料·香辛料等 (g)	
その他野菜類 (g)	82.00	菓子類 (g)	
果物類 (g)	40.00	その他竹串等(g)	

■ 栄養成分推移

『栄養成分推移(T)』を使うと各月ごとの栄養成分の推移が見られます。Excelの「印刷プレビュー」を使うことでグラフごと印刷することも可能です。

栄養成分推移	×
表示する月	
3月 🔶 グラフ表示	
ヘルプ	
┌─ 表示項目 ─────	1
💿 熱量,炭水化物,蛋白,脂質,食物繊維	
 ビタミン A/RE, B1, B2, C, 価格 	
〇 Ca,鉄, Na, Mg, 亜鉛	
「ビタミンの値	1
○ 加熱前 ○ 加熱後	

6月の栄養成分推移



■ 定型献立メンテナンス

『定型献立メンテナンス(F)』を使うと自分で登録した定型献立の「調理法・衛生上の留意点」や「栄養価」 の一覧を印刷したり、定型献立を削除したり出来ます。

定	型献立メンテナンス			×
	- 登録済み定型献立削除 調理形態 		; ;;;;;;;;;;;;;;;;;;;;;;;;;;;;;;;;;;;	閉じる 一覧印刷 栄養価印刷
		削除		 プリンタ設定 へルプ

また,「定型」というワークシートに「調理法」や「衛生上の留意点」を書き込んでおき次回に献立を作る とき定型献立を「貼付」すると,「指示書」を作成するときに自動的に「調理法」と「衛生上の留意点」が記 入されるようになります。

■ 決まり文句

『右クリックを調理法・留意点にする(X)』を使うと自分で登録した決まり文句を貼り付けることが出来ま す。決まり文句は「データ」という名前のシートに記録されています。必要に応じてご自分で書き直して下さ い。

メニューバーから「給食栄養(N)」「右クリックを調理法・留意点にする(X)」の順に選択するとチェックマ ークが付きます。するとその後、右クリックすると調理法・留意点用のショートカットに変更されます。

	調理法⑴▶	ř – ř – ř	
-	調理法(2) ▶		
_	調理法(3)▶		
_	留意点(1) ▶	野菜	
-	留意点(2) ▶	素手	
_		洗浄	
_		中心	
_		- वृत्	
_		揚げ物	
		汁物	
_		果物	

元に戻すときは再び「給食栄養(N)」「右クリックを調理法・留意点にする(X)」の順に選択するとチェック マークが外れます。その後は普通どおりのショートカットに戻ります。

■ データインポート

『データインポート(I)』を使うと N-Calc の過去のバージョンからのデータをインポートする事が出来ます。

インポートするデータの選択	×
ー 基礎データー □ 成分表・データ・定型	閉じる
□ 指示書	「イポート閉始」
□ 4月 □ 8月 □ 12月	ヘルプ
□ 5月 □ 9月 □ 1月	
□ 6月 □ 10月 □ 2月	
□7月 □11月 □3月	
	7
□ 特定の日付	
インボート先の 6/13 の献立を	
このファイルの 6/13	

データをインポートすると上書きされてしまいますので、注意して下さい。

各月のデータのインポートは「複数の学校で同じ年月日に同じ献立を実施する場合で、人数や一人当たりの 食品重量のみが違うという場合」を想定しています。共同調理場で小学校と中学校の給食を同時に作っている 場合や、隣接した二つの高校で同じ献立が実施されている場合を想定しています。

こういった場合は小学校用と中学校用の二つのファイルを用意して、小学校用の献立を立てた後、中学校用 のファイルを開いて小学校用の献立をインポートして献立入力エディタで「人数」と「一人当たりの食品重量」 を書き直していくことで、大幅に手間が省けます。

特定の日付のインポートを使うと狙った日付のデータを取り込むことが出来ます。 データのインポートを実行したときは、必ず「整合性チェック」を実行して下さい。

■ 整合性チェック

『整合性チェック(C)』を使うと、「4月」~「3月」と「定型」シートで使われている食品が「成分表」に存在するかチェックが出来ます。

整合性が取れていない場合は、成分表に「追加登録」するか「既存の食品で代替」することが出来ます。

整合性修復	<
見つからない食品名 トマトビューレ	
 ← 行う処理 ● 追加登録 	
● 既存の食品で代替 トマトピューレー ▼	
▶ 代替する食品としてすべての食品を表示	
OK	

「追加登録」の場合は自動的に臨時の新しい食品番号を作成して,同じ種類の食品群の末尾に登録されます。 必ずあとで『成分表編集エディタ(E)』で「食品番号」と「データ」を書き直して下さい。

「既存の食品で代替」の場合は、あなたの成分表に登録されている同じ種類の食品群の食品の一覧が出てくるので、代替する食品を選んで 0K を押して下さい。

「整合性チェック」を実行したときに「追加登録」をすると追加登録した食品の一覧を印刷します。指示に 従ってプリンタの電源を入れて下さい。

■ 画面を広く使う

『画面を広く使う(W)』を使うと画面のほとんど全てを N-Calc で使用することが可能です。

メニューバーから「給食栄養(N)」「画面を広く使う(W)」の順に選択するとボタンが押し込まれ、画面が広く使えます。

元に戻すときは再び「給食栄養(N)」「画面を広く使う(W)」の順に選択するとボタンが元に戻り、標準の画面に戻ります。