栄養価計算ツール「栄養算」旧から新バージョンへのデータ移行方法

(1) 旧バージョンのシート「料理データ」の「No.」から「重量」までの範囲をコピー (食品が登録されている最終行まで選択してください)

A (U U	5	5	6	н	11	1.	R.	L.	TV1	N	U	F	ų	R	5	J. J.	U	
計録料理数	5	FF4 \$ 703	目でないセ	ルをカウン	. 1-															
No.	1		人分		2	1	人分		3		1 人分		4		人分		5		人分	
月曜名	みぞけ				チキンソテー	きのこソース			RUCAED	しさの熱り魚							P40 朝来			
	商品書 号	救品群	素品名	-	疾品書 号	救品群	888		食品香号	救品群	東品名		食品香号	救品群	意品名		食品香号	救品群	東最名	
	6233	野菜類	は<さい・緒	1 30	1015	\$2.1 8	203 · [/14	2	6134	野菜類	だいこん・根	30					1026	8218	こむざ・角形	
	6048	野草類	西洋がほちゃ	30	14006	864	調合油	3	6214	野草類	にんじん・様	10					12004	8825	₩98・298・5	
	6227	野草類	弊ねざ・弊・	5	8001	さのこ類	えのさたけ・5	25	4040	豆類	だいず・油幅!	15					14006	油醋類	精合油	
	17045	調味料及び書	日米みそ・淡色	8	8016	さのこ 時	5000000	25	9050	1615 161	ひじき・ほしれ	4					6061	野草碱	キャベツ・結長	
	17021	期時料及び書	ヨカつお・昆布	140	17007	物味料及び書	こいくちしょ	4	10045	像介護	かたくちいわり	5					6153	野菜類	たまねざ・り	
					16025	し好飲料類	みりん・本みに	5	17007	INTER CO	HCU<564	з					6214	野草類	にんじん・根	
					6061	野菜蜂	キャベツ・糖種	50	3003	設備設い日の	日本語・上白暗	1					6020	野草蜂	さやえんどう	
					6183	野草蜂	赤色ミニトマ	15	14006	海路湖	M 88	2					6119	野草類	セロリ・解析・	£
					11224	肉類	にわとり・ [[50	17021	期并 科技订	計かつお・昆布ク	25								
																	13003	乳類	<年乳及び乳(
																	17025	調味料及び書	中華だし	
																	14017	油脂圳	無発酵パター	
																	7107	甲末场	バナナ・主	

(2) 新バージョンのシート「料理データ」に貼り付ける。

4	А	В	С	D	E	F	G	Н	1	J	К	L	М	N	0	Р	Q	R
	登録料	理数	0	FF4まて	?空 <mark>白でない</mark>	いセルを力	ウント						-				1	
5	No		1		人分		2		人分		3		人分		4		人分	
	有理	8																
			食品番号	食品群	食品名	#2	食品番号	食品群	食品名	<u>#2</u>	食品番号	食品群	食品名	۰.	食品番号	食品群	食品名	E
3																		
1																		
5																		
6																		

(3) 上記同様に旧バージョンのシート「栄養価データ」のデータをコピーし、新バージョ ンのシート「栄養価データ」へ貼り付ける。

		※1人分当た	りのエネルギー	-、宋贵亲。	日来車の個										1
No.	料理名	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	食塩相当量 (g)	ナトリウム (mg)	カルシウム imgl	鉄 (mg)	レチノール 活性当量 (n.e.)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (m.s.)	ビタミンC (m.e.)	食物繊維 総量(点)	野中量 (点)
	1 みモ汁	46	1.8	0.5	7.6	1.1	442	34	0.6	107	0.05	0.06	20	2.0	65.0
	2 チキンソテーきのこソース	134	9.9	52	9.3	0.7	267	28	1.0	22	0.19	0.21	27	2.9	65.0
1	3 だいこんとひじきの炒り煮	111	6.8	6.8	2.9	0.9	346	208	1.8	83	0.03	0.04	4	2.9	40.0
	5 P40 朝食	544	18.3	23.4	62.3	1.4	540	288	1.6	311	0.43	0.62	35	4.9	65.0
	6 P40 屋食	503	17.8	7.8	79.4	23	922	205	3.6	106	0.31	0.19	19	10.1	64.0
				2		5	19 - S		6			Q Q		5	2

		※1人分当た	リのエネルギー	、栄養素、	野菜量の値										
No.	料理名	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	88 (g)	炭水化物 (g)	食塩相当量 (g)	ナトリウム (mg)	カルシウム imgi	鉄 (mg)	レチノール 活性当量 (με)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 総量(E)	野菜量 (g)
1												ļ.			

(4) 新バージョンのシート「計算シート」で「登録済の料理を呼び出す」をクリック。

	İ	献立る	を表示させ	る。			
	* 👏	1 1 2 2 2	× 1	* 登録済の南	成立を表示する		×
クリ	yプボード	r _a	フォント				
人	数	*	X V fx	1 料理No.	料理名	登録済の献立を削除する	
	A	В	C		ねえ汁		
÷			R 44/2 or Pl TH + HT / Hu +		卵性き		
2	No.	1	室球所の料理を中ひ出り		214/06/2		
-	料理名						
2	1152.00						
			and the second of the second sec				
6		食品入力フ	オームを開く				
7							
		食品を消	単去する				
8		-					
9							
10							
11		水品面号	Kan				
12	1						
10	2						
15	4						
16	5					表示する	
18	6						
19	8	-				期じる	
20	9					180.0	
21	10						
22	11						
	12	1					_

(5)「料理の登録・上書き」をクリック。

シート「栄養価データ」が新しい食品成分表収載値で再計算されたデータに更新される。

- C		10 No.		-	~	
No		登録済の料理を	手び出す			「栄養算」使用 fittps://gpos.tas)
料理名	みそ汁			12		
	食品入り	コフォームを開く		116	エネルギー (kcal)	たんばく賞 (D)
	_			1 73	3 40	18
	食品	を消去する	料理の登録・上書き	1人当たり	40	1.8
			印刷	1人分の野菜量	65.0	e.
	東品番号	液品群	業品名	22	エネルギー (kcal)	たんぼく曹 (g)
1	06233	野菜類	はくさい・諸時葉・生	30 s	4	02
2	06048	野芋類	西洋のぼちゃ・単実・主	30 #	23	04
3	06227	新立論	単 ねぎ・単・主	5 s	1	0.1
4	17045	調味料及び香辛料類	半みそ・ま食奉みそ	a 8	15	0.9
5	17021	欄唯料及び香辛料類	かつれ・電布だし・銃線・電布だし	140 #	3	03
6	5	8	8	100	0	00

		※1人分当た	りのエネルギ-	、栄養素、	8菜堂の値										
No.	料理名	エネルギー (kcal)	たんばく質 (12)	間 間 (g)	炭水化物 (g)	<u> 食塩相当量</u> (g)	ナトリウム (mg)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	レチノール 活性当量	ビタミンB1 (m.s.)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 総量 (g)	野菜量 (g)
1	レみモ汁	46	1.8	0.5	7.6	1.1	442	34	0.6	107	0.05	0.06	20	2.0	65.
2	2 チキンソテーきのこソース	134	9.9	5.2	9.3	0.7	267	28	1.0	22	0.19	0.21	27	2.9	65.0
3	3 だいこんとひじきの炒り煮	111	6.8	6.8	2.9	0.9	346	208	1.8	83	0.03	0.04	4	2.9	40.0
5	5 P40 朝食	544	18.3	23.4	62.3	1.4	540	288	1.6	311	0.43	0.62	35	4.9	65.0
e	5 P40 昼食	503	17.8	7.8	79.4	2.3	922	205	3.6	106	0.31	0.19	19	10.1	64.0

(6)登録したメニュー全てに(4)・(5)を繰り返し、再計算する。