

事業者 けやきの死
 献立名 予定献立
 食種名 常食(常)
 期間 2025/04/01(火) ~ 2025/04/07(月)

献立一覧表(成分有)7日間

	04月01日火曜日	04月02日水曜日	04月03日木曜日	04月04日金曜日	04月05日土曜日	04月06日日曜日	04月07日月曜日
朝食	ご飯 温泉卵 野菜とウインナーのクリーム煮 青しその実漬け みそ汁(なめこ・ねぎ)	ご飯 さんまのおかか煮 ポテトサラダ 梅びしお みそ汁(大根・葉大根)	ご飯 あんかけ五目玉子 たけのこの煮物 桜大根漬 みそ汁(ほうれん草・玉葱)	ご飯 五目大豆煮 かぼちゃサラダ 海苔佃煮 みそ汁(わかめ・長葱)	ご飯 肉団子柚子おろし ふきの煮物 漬物(千切沢庵) みそ汁(南瓜・厚揚げ)	ご飯 チーズオムレツ 千切り大根の甘辛煮 高菜漬け みそ汁(なす・葱)	ご飯 松風焼 高野豆腐の卵とじ きざみきゅうり漬け みそ汁(えのき・わかめ)
	カロリー 363 炭水 55.7 蛋白 12.6 食塩 2.2 脂質 8.4 Ca 128	カロリー 428 炭水 62.5 蛋白 13.3 食塩 2.4 脂質 12.5 Ca 236	カロリー 354 炭水 60.4 蛋白 12.5 食塩 2.2 脂質 6 Ca 154	カロリー 412 炭水 71.5 蛋白 15.7 食塩 1.4 脂質 8.2 Ca 187	カロリー 377 炭水 64 蛋白 12.8 食塩 1.7 脂質 6.2 Ca 153	カロリー 353 炭水 59 蛋白 11.2 食塩 3 脂質 6.3 Ca 163	カロリー 363 炭水 59.2 蛋白 13.4 食塩 2.2 脂質 7.1 Ca 146
昼食	梅ちりめんじゃこ御飯 メバルの塩焼き 里芋といかの煮物 いちご杏仁 すまし汁(菜の花・花麩)	グリーンピースごはん 鶏肉の玉葱ソースがけ 豆腐の旨煮 果物(白桃缶) 野菜スープ(人参・青梗菜)	ご飯 カレイの照焼 なすとピーマンの炒め物 大根なます みそ汁(さつま芋・ワカメ)	山菜そば 人参しゅうまい バナナフルーチェ	ご飯 春キャベツと鮭のシチュー アスパラとトマトのサラダ いちごのムース コンソメスープ(人参・ほうれん草)	ご飯 メンチカツ 人参とたらこの炒め物 白菜のカニカマのマヨ和え かき玉汁	カレーライス エビとキャベツのマヨサラダ 福神漬 マンゴーヨーグルト
	カロリー 392 炭水 67.9 蛋白 19.8 食塩 2.4 脂質 3.4 Ca 112	カロリー 425 炭水 60.5 蛋白 25.7 食塩 2.1 脂質 7.4 Ca 158	カロリー 441 炭水 65.9 蛋白 25.4 食塩 2.5 脂質 6.6 Ca 130	カロリー 381 炭水 69.8 蛋白 14.8 食塩 4.9 脂質 5.4 Ca 106	カロリー 507 炭水 73.6 蛋白 19.1 食塩 2.1 脂質 14 Ca 143	カロリー 556 炭水 68.8 蛋白 17.3 食塩 2.9 脂質 22.2 Ca 154	カロリー 584 炭水 77.2 蛋白 23.5 食塩 2.8 脂質 19.2 Ca 234
15時	レモンのカスタードタルト	よもぎのムース	チョコクレープ	チーズパバロアシュークリーム	梅ようかん	スイートポテト	ロールケーキ(紅茶)
	カロリー 122 炭水 0 蛋白 2 食塩 0.1 脂質 6.3 Ca 4	カロリー 64 炭水 7.4 蛋白 0.6 食塩 0 脂質 0 Ca 0	カロリー 89 炭水 9.3 蛋白 1 食塩 0.1 脂質 5.2 Ca 0	カロリー 98 炭水 8.9 蛋白 3.4 食塩 0.1 脂質 5.4 Ca 19	カロリー 63 炭水 15.5 蛋白 0.4 食塩 0.1 脂質 0.1 Ca 291	カロリー 80 炭水 14.7 蛋白 0.5 食塩 0 脂質 2.3 Ca 73	カロリー 71 炭水 9.3 蛋白 1.3 食塩 0.1 脂質 3.1 Ca 8
夕食	ご飯 ハンバーグクリームチーズかけ スナックえんどうのサラダ ひじき豆 コンソメスープ(白菜・えのき)	ご飯 カニ玉 豚肉と大根の煮物 胡瓜のヌカ漬 すまし汁(オクラ・しめじ)	ご飯 クリームロールキャベツ 厚揚げと鶏肉の煮物 春菊と竹輪のお浸し 野菜とリンゴのジュース	ご飯 カレーコロッケ 豚肉のおろし煮 うぐいすまめ みそ汁(豆腐・なめこ)	ご飯 鶏の塩麹漬け焼き 春雨マヨサラダ 白菜一夜漬 みそ汁(ワカメ・えのき)	ご飯 赤魚の粕漬焼き 里芋の煮物 菜の花のお浸し みそ汁(もやし・麩)	ご飯 あじの西京焼き レタスと豆腐の旨煮 かぶのヌカ漬 とろろ昆布汁
	カロリー 605 炭水 84.5 蛋白 27.4 食塩 3.2 脂質 19 Ca 225	カロリー 481 炭水 61.9 蛋白 16.6 食塩 3.6 脂質 17.3 Ca 125	カロリー 500 炭水 82.6 蛋白 20 食塩 1.8 脂質 10.7 Ca 400	カロリー 517 炭水 83.7 蛋白 16.9 食塩 2.3 脂質 12 Ca 125	カロリー 464 炭水 61.8 蛋白 23.4 食塩 2.8 脂質 12.5 Ca 125	カロリー 399 炭水 61.7 蛋白 25.1 食塩 2.6 脂質 4.5 Ca 158	カロリー 391 炭水 58.7 蛋白 22.9 食塩 2.4 脂質 5.3 Ca 151
成分	カロリー 1482 kcal	カロリー 1398 kcal	カロリー 1384 kcal	カロリー 1408 kcal	カロリー 1411 kcal	カロリー 1388 kcal	カロリー 1409 kcal
	蛋白 61.8 g	蛋白 56.2 g	蛋白 58.9 g	蛋白 50.8 g	蛋白 55.7 g	蛋白 54.1 g	蛋白 61.1 g
	脂質 37.1 g	脂質 37.2 g	脂質 28.5 g	脂質 31 g	脂質 32.8 g	脂質 35.3 g	脂質 34.7 g
	炭水 208.1 g	炭水 192.3 g	炭水 218.2 g	炭水 233.9 g	炭水 214.9 g	炭水 204.2 g	炭水 204.4 g
	食塩 7.9 g	食塩 8.1 g	食塩 6.6 g	食塩 8.7 g	食塩 6.7 g	食塩 8.5 g	食塩 7.5 g
	Ca 469 mg	Ca 519 mg	Ca 684 mg	Ca 437 mg	Ca 712 mg	Ca 548 mg	Ca 539 mg

都合により変更することがございますのでご了承ください。