

事業者 けやきの死
 献立名 予定献立
 食種名 常食(常)
 期間 2025/04/22(火) ~ 2025/04/28(月)

献立一覧表(成分有)7日間

	04月22日火曜日	04月23日水曜日	04月24日木曜日	04月25日金曜日	04月26日土曜日	04月27日日曜日	04月28日月曜日
朝食	ご飯 さんまのおかか煮 かぼちゃの煮物 桜大根漬 みそ汁(しめじ・厚揚げ)	ご飯 スクランブルエッグ 五目大豆煮 漬物(干切沢庵) みそ汁(もやし・わかめ)	ご飯 肉団子甘酢あんかけ じゃが芋のコーンクリーム煮 きざみきゅうり漬け みそ汁(白菜)	ご飯 温泉卵 切干大根とさつま揚げの煮物 高菜漬け みそ汁(葱・なめこ)	ご飯 信田巻 れんこんと昆布の煮物 青しその実漬け みそ汁(豆腐・なめこ)	ご飯 ひきわり納豆 筑前煮 刻みきゅうり漬け みそ汁(大根・小松菜)	ご飯 さんま蒲焼 さつま芋と豆昆布の和え物 しば漬 みそ汁(厚揚げ・青葱)
	カロリー 408 炭水 67 蛋白 14.1 食塩 1.6 脂質 8.1 Ca 249	カロリー 422 炭水 59.4 蛋白 17.9 食塩 2 脂質 11.8 Ca 156	カロリー 415 炭水 68.4 蛋白 13.4 食塩 1.9 脂質 8.3 Ca 132	カロリー 374 炭水 60.3 蛋白 13.3 食塩 2.7 脂質 7.3 Ca 158	カロリー 338 炭水 65.7 蛋白 11.2 食塩 3.8 脂質 2.8 Ca 211	カロリー 351 炭水 58.4 蛋白 13.5 食塩 1 脂質 5.8 Ca 115	カロリー 425 炭水 72 蛋白 14 食塩 1.9 脂質 8 Ca 163
昼食	タンメン 蓮根饅頭のおんかけ パインブルーチェ	ご飯 赤魚の野菜あんかけ さつま芋の煮物 ブロッコリーとツナのサラダ 清汁(卵豆腐・三つ葉)	ご飯 黒ムツ粕漬焼き 豚肉と大根の煮物 コホウレンコンサラダ(明太マヨ) みそ汁(なす・葱)	ご飯 やわらかカツきのソースがけ エビとかぶのサラダ フルーツ杏仁 冬瓜とかにかまのスープ	ご飯 タラの塩麹焼き 肉ジャガ 菜の花としらすのお浸し みそ汁(もやし・麩)	麦ごはん ガーリックバターチキン 白菜のクリーム煮 ツナとかぶのサラダ コンソメスープ(ほうれん草・キャベツ)	ご飯 赤魚の煮付け トマトと豚肉のチャンプルー もずくの和え物 すまし汁(オクラ・えのき)
	カロリー 443 炭水 62.3 蛋白 21 食塩 3.7 脂質 11.3 Ca 103	カロリー 455 炭水 72.4 蛋白 20.6 食塩 2.7 脂質 8.6 Ca 137	カロリー 489 炭水 62 蛋白 22.9 食塩 2.5 脂質 14.7 Ca 119	カロリー 515 炭水 74.2 蛋白 17.5 食塩 1.9 脂質 15.3 Ca 233	カロリー 498 炭水 63.9 蛋白 23.8 食塩 3.1 脂質 14.2 Ca 162	カロリー 501 炭水 57.1 蛋白 25.8 食塩 2.6 脂質 17.7 Ca 146	カロリー 445 炭水 64.6 蛋白 27.3 食塩 2.1 脂質 7.1 Ca 118
15時	カスタードどら焼き	おやつの日	葛まんじゅう	ドームケーキ(チョコ)	水まんじゅう 梅あん	あずきワッフル	メロンロールケーキ
	カロリー 112 炭水 0 蛋白 2 食塩 0.2 脂質 3.9 Ca 0	カロリー 82 炭水 18.7 蛋白 1.7 食塩 0 脂質 0 Ca 0	カロリー 72 炭水 17.3 蛋白 1.1 食塩 0 脂質 0.1 Ca 11	カロリー 104 炭水 15.9 蛋白 2.2 食塩 0.1 脂質 3.5 Ca 0	カロリー 52 炭水 12.8 蛋白 0.3 食塩 0.5 脂質 0.1 Ca 2	カロリー 64 炭水 0 蛋白 1.6 食塩 0.1 脂質 2.1 Ca 4	カロリー 75 炭水 9.7 蛋白 1.4 食塩 0.1 脂質 3.3 Ca 8
夕食	ご飯 海老カツ 厚揚げと鶏肉の煮物 人参のマリネ コンソメスープ(白菜・えのき)	ご飯 牛すき煮 ほうれん草しゅうまい 鶏肉となすの生姜和え みかんとリンゴのジュース	麦メシ ころろ芋 鶏のしそ味噌焼き 玉ねぎとカニカマのサラダ 清汁(小松菜・花麩)	ご飯 サーモンマヨネーズ焼き 鶏肉と山芋の煮物 もやしとわかめの和え物 コンソメスープ(ペーコン・キャベツ)	ご飯 鶏の胡麻みそ焼き ぜんまいの炒り煮 うぐいすまめ すまし汁(かぶ・わかめ)	ご飯 野菜コロッケ 茄子のそぼろ煮 大根の梅ドレッシング和え みそ汁(もやし・麩)	ご飯 カニ玉 麻婆春雨 カリフラワーと蒸し鶏のサラダ 白菜のスープ
	カロリー 498 炭水 71.4 蛋白 18.3 食塩 2.1 脂質 13.9 Ca 213	カロリー 472 炭水 82.9 蛋白 23.3 食塩 2.1 脂質 5.7 Ca 117	カロリー 421 炭水 65.1 蛋白 24.3 食塩 2 脂質 6.3 Ca 146	カロリー 470 炭水 58.1 蛋白 25.6 食塩 2.9 脂質 14.4 Ca 120	カロリー 485 炭水 72.3 蛋白 24.8 食塩 2.4 脂質 9.3 Ca 177	カロリー 456 炭水 73.8 蛋白 11.8 食塩 2 脂質 11.7 Ca 132	カロリー 535 炭水 68.2 蛋白 15.9 食塩 3.3 脂質 21.7 Ca 119
成分	カロリー 1461 kcal	カロリー 1431 kcal	カロリー 1397 kcal	カロリー 1463 kcal	カロリー 1373 kcal	カロリー 1372 kcal	カロリー 1480 kcal
	蛋白 55.4 g	蛋白 63.5 g	蛋白 61.7 g	蛋白 58.6 g	蛋白 60.1 g	蛋白 52.7 g	蛋白 58.6 g
	脂質 37.2 g	脂質 26.1 g	脂質 29.4 g	脂質 40.5 g	脂質 26.4 g	脂質 37.3 g	脂質 40.1 g
	炭水 200.7 g	炭水 233.4 g	炭水 212.8 g	炭水 208.5 g	炭水 214.7 g	炭水 189.3 g	炭水 214.5 g
	食塩 7.6 g	食塩 6.8 g	食塩 6.4 g	食塩 7.6 g	食塩 9.8 g	食塩 5.7 g	食塩 7.4 g
	Ca 565 mg	Ca 410 mg	Ca 408 mg	Ca 511 mg	Ca 552 mg	Ca 397 mg	Ca 408 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。