

事業者 けやきの死
 献立名 予定献立
 食種名 常食(常)
 期間 2025/05/01(木) ~ 2025/05/07(水)

献立一覧表(成分有)7日間

	05月01日木曜日	05月02日金曜日	05月03日土曜日	05月04日日曜日	05月05日月曜日	05月06日火曜日	05月07日水曜日
朝食	ご飯 きんぴら入り豆腐ハンバーグ 車麩の煮物 桜大根漬 みそ汁(なす・葱)	ご飯 五目大豆煮 焼き鮭ほぐし 漬物(干切沢庵) みそ汁(冬瓜・春菊)	ご飯 スペイン風オムレツ 切干大根とさつま揚げの煮物 たいみそ みそ汁(かぶ・葉大根)	ご飯 いわしの梅煮 ポテトサラダ しそ昆布佃 みそ汁(葱・なめこ)	ご飯 ひきわり納豆 大根そぼろあん あみ佃 みそ汁(厚揚げ・ニラ)	ご飯 枝豆しんじょのあんかけ かぼちゃサラダ 刻みしば漬 みそ汁(小松菜・玉葱)	ご飯 温泉卵 野菜とウインナーのクリーム煮 刻みきゅうり漬 みそ汁(わかめ・大根)
	カロリー 360 炭水 60.1 蛋白 12.6 食塩 2.3 脂質 6.2 Ca 139	カロリー 383 炭水 57.5 蛋白 19.8 食塩 1.8 脂質 7.3 Ca 154	カロリー 373 炭水 67.8 蛋白 9.7 食塩 2.5 脂質 5.8 Ca 140	カロリー 405 炭水 62.6 蛋白 10.8 食塩 2.1 脂質 11.1 Ca 187	カロリー 350 炭水 58.6 蛋白 13.3 食塩 1.7 脂質 5.9 Ca 161	カロリー 372 炭水 69.3 蛋白 9.6 食塩 1.6 脂質 7 Ca 121	カロリー 361 炭水 55.7 蛋白 12.7 食塩 1.9 脂質 8.4 Ca 133
昼食	ご飯 めばるの照焼 里芋の和風マヨサラダ 白菜の柚子ドレ和え とろろ昆布汁	キーマカレー 大根サラダ 福神漬 マンゴーヨーグルト	ご飯 やわらか豚カツ 中華風冷奴 クリームソーダ風ゼリー みそ汁(ナス・ほうれん草)	赤飯 クリームロールキャベツ えびとブロッコリーのサラダ いちご杏仁 すまし汁(菜の花・花麩)	ちらし寿司 ブリの煮付け 牛肉のゴマダレ風 さつま芋の甘露煮 みそ汁(ふ・青梗菜)	いりこ菜飯 サバの塩麹漬け焼 豚肉のガーリックソテー 青菜と竹輪のお浸し すまし汁(花麩・三つ葉)	醤油ラーメン 焼き餃子 ぶどうフルーチェ
	カロリー 438 炭水 65.7 蛋白 19.3 食塩 2 脂質 9.7 Ca 178	カロリー 544 炭水 75.1 蛋白 19.3 食塩 2.8 脂質 16.9 Ca 195	カロリー 555 炭水 73.5 蛋白 17.5 食塩 2.4 脂質 19.6 Ca 137	カロリー 443 炭水 73.5 蛋白 19.4 食塩 2.8 脂質 7.8 Ca 305	カロリー 612 炭水 83.5 蛋白 30.4 食塩 3 脂質 15.9 Ca 123	カロリー 530 炭水 58.5 蛋白 25.9 食塩 3.2 脂質 19.9 Ca 78	カロリー 409 炭水 63 蛋白 17.2 食塩 4.9 脂質 9.3 Ca 95
15時	レモンのカスタードタルト	レアチーズ風ムース	ミルククレープロール	抹茶ようかん	鯉のぼりの練り切り	黒糖まんじゅう	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 81 炭水 20.5 蛋白 0 食塩 0 脂質 0 Ca 3	カロリー 94 炭水 5.8 蛋白 1.6 食塩 0 脂質 6.9 Ca 92	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 82 炭水 18.7 蛋白 1.7 食塩 0 脂質 0 Ca 0	カロリー 70 炭水 0 蛋白 1.1 食塩 0.1 脂質 0.1 Ca 0	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 親子煮 豆腐の旨煮 もやしの和え物 みそ汁(麩・絹さや)	ご飯 赤魚の煮付け 豚肉ときのこのソテー キャベツの塩昆布和え 若竹汁	ご飯 鱈の山椒味噌焼き かぼちゃの甘煮 もやしとツナの和え物 すまし汁(オクラ・えのき)	ご飯 枝豆とカニカマ入り厚焼き卵 おさかな豆腐揚げ煮 くろまめ 春雨とえのきのスープ	ご飯 鶏の味噌マヨ焼き 豆腐の野菜あんかけ 白菜一夜漬 すまし汁(はんぺん・みつ葉))	ご飯 カニ玉 大根の葛煮 ナス(ヌカ漬) 白菜のスープ	ご飯 回鍋肉 厚揚げのあんかけ かぶのサラダ 冬瓜のスープ
	カロリー 464 炭水 58 蛋白 27.7 食塩 2.6 脂質 9.6 Ca 165	カロリー 431 炭水 63.9 蛋白 27.1 食塩 2.7 脂質 6.6 Ca 117	カロリー 460 炭水 67.3 蛋白 21.4 食塩 2.1 脂質 11.1 Ca 124	カロリー 516 炭水 63.7 蛋白 26.3 食塩 2 脂質 15.6 Ca 304	カロリー 422 炭水 58 蛋白 25.1 食塩 2.3 脂質 8.6 Ca 131	カロリー 459 炭水 60.9 蛋白 12.7 食塩 2.8 脂質 17.1 Ca 121	カロリー 558 炭水 60.8 蛋白 17.7 食塩 1.7 脂質 23.9 Ca 143
成分	カロリー 1384 kcal	カロリー 1439 kcal	カロリー 1482 kcal	カロリー 1427 kcal	カロリー 1466 kcal	カロリー 1431 kcal	カロリー 1399 kcal
	蛋白 61.6 g	蛋白 66.2 g	蛋白 50.2 g	蛋白 56.9 g	蛋白 70.5 g	蛋白 49.3 g	蛋白 48.9 g
	脂質 31.8 g	脂質 30.8 g	脂質 43.4 g	脂質 34.6 g	脂質 30.4 g	脂質 44.1 g	脂質 44.7 g
	炭水 183.8 g	炭水 217 g	炭水 214.4 g	炭水 215.3 g	炭水 218.8 g	炭水 188.7 g	炭水 188.8 g
	食塩 7 g	食塩 7.3 g	食塩 7 g	食塩 7 g	食塩 7 g	食塩 7.7 g	食塩 8.6 g
	Ca 486 mg	Ca 469 mg	Ca 493 mg	Ca 1087 mg	Ca 415 mg	Ca 320 mg	Ca 379 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。