

事業者 けやきの死  
 献立名 予定献立  
 食種名 常食(常)  
 期間 2025/05/08(木) ~ 2025/05/14(水)

### 献立一覧表(成分有)7日間

	05月08日木曜日	05月09日金曜日	05月10日土曜日	05月11日日曜日	05月12日月曜日	05月13日火曜日	05月14日水曜日
朝食	ご飯 ほうれん草オムレツ 千切り大根の甘辛煮 高菜漬け みそ汁(南瓜・葱)	ご飯 肉団子柚子おろし ふきの煮物 漬物(胡瓜風味) みそ汁(豆腐・わかめ)	ご飯 あんかけ野菜よせ ごぼうサラダ のり佃煮 みそ汁(ほうれん草・長葱)	ご飯 かにしんじょのあんかけ 切干大根とさつま揚げの煮物 野沢菜漬 みそ汁(厚揚げ・しめじ)	ご飯 高野豆腐の卵とじ くわいとひじきのサラダ 桜大根漬 みそ汁(白菜)	ご飯 スクランブルエッグ ナメ茸おろし 青しその実漬け みそ汁(豆腐・わかめ)	ご飯 豆腐ハンバーグのあんかけ 竹輪と昆布の煮物 漬物(千切沢庵) みそ汁(冬瓜・春菊)
	カロリー 363 炭水 61.8 蛋白 11.3 食塩 3.2 脂質 6.3 Ca 164	カロリー 368 炭水 61.4 蛋白 13.1 食塩 1.7 脂質 6.2 Ca 142	カロリー 373 炭水 65.5 蛋白 10.6 食塩 2.8 脂質 6.5 Ca 182	カロリー 378 炭水 65.9 蛋白 11.5 食塩 2.7 脂質 6.6 Ca 166	カロリー 325 炭水 61.4 蛋白 10 食塩 2.1 脂質 3.4 Ca 150	カロリー 332 炭水 57.3 蛋白 9.3 食塩 2.7 脂質 6.7 Ca 122	カロリー 380 炭水 59.6 蛋白 14.7 食塩 2.1 脂質 8.1 Ca 140
昼食	麦ごはん ハンバーグクリームチーズかけ 春雨サラダ 果物(キウイフルーツ) コンソメスープ(青梗菜・かにかま)	ご飯 鶏肉の甘酢炒め 花型豆腐とかぶの煮物 小松菜のお浸し みそ汁(なす・ねぎ)	チキンライス カレイのバター醤油焼き ウィンナーと白菜のクリーム煮 果物(バナナ) 野菜スープ(人参・青梗菜)	ご飯 タラの野菜あんかけ なすとピーマンの炒め物 大根なます すまし汁(菜の花・花麩)	ご飯 味噌バターチキン スパゲティーサラダ ほうれん草の山吹和え コンソメスープ(玉葱・かにかま)	ご飯 鱈フライ 若鶏二色巻き キャベツの酢の物 みそ汁(なす・葱)	三色丼 もやしと青菜の和え物 ヨーグルト和え わかめスープ
	カロリー 567 炭水 72.9 蛋白 18.5 食塩 2.9 脂質 22 Ca 178	カロリー 441 炭水 64 蛋白 22.1 食塩 2.3 脂質 9.4 Ca 172	カロリー 532 炭水 69.6 蛋白 25.4 食塩 3.2 脂質 15.9 Ca 60	カロリー 412 炭水 61.6 蛋白 24.6 食塩 2.8 脂質 6.1 Ca 150	カロリー 493 炭水 63 蛋白 24.8 食塩 2.8 脂質 14.1 Ca 178	カロリー 506 炭水 71 蛋白 19.2 食塩 2.5 脂質 14.8 Ca 430	カロリー 503 炭水 64.3 蛋白 23.6 食塩 2.2 脂質 16.4 Ca 252
15時	バナナクレープ	ペアッシュークリーム	はちみつレモンゼリー	抹茶まんじゅう	カーネーション饅頭	チョコロールケーキ	ドームケーキ(カスタード)
	カロリー 89 炭水 8.1 蛋白 0.9 食塩 0.1 脂質 5.9 Ca 0	カロリー 146 炭水 12.9 蛋白 2 食塩 0.1 脂質 9.6 Ca 87	カロリー 95 炭水 23.8 蛋白 0 食塩 0.1 脂質 0 Ca 2	カロリー 78 炭水 17.8 蛋白 1.4 食塩 0.1 脂質 0.2 Ca 65	カロリー 72 炭水 16.4 蛋白 1.5 食塩 0 脂質 0 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	カロリー 116 炭水 17.4 蛋白 2.3 食塩 0 脂質 4.2 Ca 0
夕食	ご飯 カレイの煮付け 大豆と鶏肉の炒り煮 大根のゆず風味 すまし汁(卵豆腐・みつば)	ご飯 あじの味噌漬焼き もやしと豚ひき肉のカレー醤油炒め きゅうりとしらすの和え物 すまし汁(えのき・青梗菜)	ご飯 すき焼き煮 アスパラのサラダ うぐいすまめ すまし汁(はんぺん)	ご飯 ポトフ 海老とブロッコリーの炒め物 枝豆そぼろ フルーツオレ	ご飯 赤魚の粕漬け焼き ぜんまいの炒り煮 卵豆腐 みそ汁(じゃがいも・わかめ)	ご飯 ビーフシチュー カリフラワーと蒸し鶏のサラダ ひじき豆 野菜とりんごのジュース	ご飯 鱈の生姜醤油焼き カブと小判揚げの煮物 もずく酢 すまし汁(小松菜・麩)
	カロリー 437 炭水 61.5 蛋白 28.5 食塩 2.5 脂質 6.2 Ca 134	カロリー 397 炭水 53.5 蛋白 24.6 食塩 2.5 脂質 7.9 Ca 128	カロリー 426 炭水 71.9 蛋白 19.1 食塩 2 脂質 6.5 Ca 130	カロリー 545 炭水 71.8 蛋白 25.9 食塩 3 脂質 16.6 Ca 341	カロリー 438 炭水 61.5 蛋白 21.5 食塩 3.2 脂質 10.2 Ca 171	カロリー 509 炭水 85.5 蛋白 27 食塩 2.9 脂質 11.1 Ca 188	カロリー 437 炭水 65.5 蛋白 23.1 食塩 2.8 脂質 7.3 Ca 143
成分	カロリー 1456 kcal	カロリー 1352 kcal	カロリー 1426 kcal	カロリー 1413 kcal	カロリー 1328 kcal	カロリー 1418 kcal	カロリー 1436 kcal
	蛋白 59.2 g	蛋白 61.8 g	蛋白 55.1 g	蛋白 63.4 g	蛋白 57.8 g	蛋白 56.8 g	蛋白 63.7 g
	脂質 40.4 g	脂質 33.1 g	脂質 28.9 g	脂質 29.5 g	脂質 27.7 g	脂質 35.7 g	脂質 36 g
	炭水 204.3 g	炭水 191.8 g	炭水 230.8 g	炭水 217.1 g	炭水 202.3 g	炭水 223.1 g	炭水 206.8 g
	食塩 8.7 g	食塩 6.6 g	食塩 8.1 g	食塩 8.6 g	食塩 8.1 g	食塩 8.2 g	食塩 7.1 g
	Ca 476 mg	Ca 529 mg	Ca 374 mg	Ca 722 mg	Ca 499 mg	Ca 748 mg	Ca 535 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。