

事業者 けやきの死
献立名 予定献立
食種名 常食(常)
期間 2025/05/22(木) ～ 2025/05/28(水)

献立一覧表(成分有)7日間

	05月22日木曜日		05月23日金曜日		05月24日土曜日		05月25日日曜日		05月26日月曜日		05月27日火曜日		05月28日水曜日	
朝食	ご飯 松風焼 ポテトサラダ 漬物(千切沢庵) みそ汁(厚揚げ・ニラ)		ご飯 千草焼 大根そぼろあんかけ 三色豆佃 みそ汁(豆腐・なめこ)		ご飯 肉団子柚子おろし 枝豆しんじょのあんかけ のり佃煮 みそ汁(えのき・わかめ)		ご飯 車麩の煮物 さつま芋と豆昆布の和え物 高菜漬け みそ汁(もやし・春菊)		ご飯 さんま蒲焼 枝豆とひじきの白和え 青しその実漬け みそ汁(なす・葱)		ご飯 信田煮 根菜と大豆のトマト煮 しそ昆布佃 みそ汁(豆腐・葱)		ご飯 蓮根と挽肉の照焼 じゃが芋のコーンクリーム煮 刻みしば漬 みそ汁(もやし・わかめ)	
	カロリー 436 蛋白 13.3 脂質 12.9	炭水 64 食塩 2.4 Ca 186	カロリー 404 蛋白 12.9 脂質 6.7	炭水 69.8 食塩 1.9 Ca 225	カロリー 420 蛋白 15.1 脂質 9.5	炭水 65.9 食塩 2.3 Ca 159	カロリー 341 蛋白 7.5 脂質 1.1	炭水 72.7 食塩 2 Ca 137	カロリー 371 蛋白 13.7 脂質 7.3	炭水 59.7 食塩 2.2 Ca 104	カロリー 404 蛋白 15.1 脂質 8.8	炭水 63.7 食塩 2.3 Ca 180	カロリー 405 蛋白 13.5 脂質 9.5	炭水 63.3 食塩 2 Ca 131
昼食	ご飯 海老カツ ミートボール甘酢あん チキンシーザーサラダ レタススープ		カレーピラフ ロールキャベツ 里芋のクリーム煮 春雨の和え物 冬瓜のスープ		いりこ菜飯 白身魚のフライ 鶏肉のコンソメ煮 青菜と竹輪のお浸し すまし汁(豆腐・かぶ)		ご飯 あんかけ豆腐ハンバーグ スナッペンどうのサラダ ヨーグルト和え かき玉汁		麦ごはん 鶏の塩麴漬け焼き ビーフンソテー 白菜の青のり醤油和え みそ汁(かぼちゃ・厚揚げ)		しらすと青ジソのごはん カレイの照焼 冬瓜のくず煮 ごぼうサラダ コーンクリームスープ		ご飯 メバルの粕漬焼 えびとブロッコリーの胡麻マヨサラダ 十勝ヨーグルト みそ汁(白菜)	
	カロリー 553 蛋白 23.4 脂質 18.5	炭水 69.5 食塩 2.5 Ca 160	カロリー 436 蛋白 15.7 脂質 8.7	炭水 70 食塩 2.9 Ca 219	カロリー 488 蛋白 24.2 脂質 12.3	炭水 68.6 食塩 2.8 Ca 104	カロリー 502 蛋白 18.4 脂質 11.8	炭水 73.7 食塩 2.3 Ca 279	カロリー 472 蛋白 28.2 脂質 7.5	炭水 69.7 食塩 2.6 Ca 200	カロリー 492 蛋白 23.4 脂質 11.8	炭水 68.5 食塩 2.7 Ca 103	カロリー 489 蛋白 24.7 脂質 12.2	炭水 65.8 食塩 2.1 Ca 335
15時	シュークリーム		ドームケーキ(チョコ)		ココアワッフル		メロンロールケーキ		チョコクレープ		葛まんじゅう		おやつの日	
	カロリー 71 蛋白 2.4 脂質 3.9	炭水 6.5 食塩 0.1 Ca 14	カロリー 104 蛋白 2.2 脂質 3.5	炭水 15.9 食塩 0.1 Ca 0	カロリー 83 蛋白 1.4 脂質 3.6	炭水 11.2 食塩 0.1 Ca 11	カロリー 75 蛋白 1.4 脂質 3.3	炭水 9.7 食塩 0.1 Ca 8	カロリー 89 蛋白 1 脂質 5.2	炭水 9.3 食塩 0.1 Ca 0	カロリー 72 蛋白 1.1 脂質 0.1	炭水 17.3 食塩 0 Ca 11	カロリー 82 蛋白 1.7 脂質 0	炭水 18.7 食塩 0 Ca 0
夕食	ご飯 肉豆腐 白菜とツナの和え物 パイン缶 みそ汁(もやし・わかめ)		ご飯 さわらの西京漬焼き ブロッコリーとゆで卵のマヨ和え ササミと胡瓜のポン酢和え すまし汁(ほうれん草・えのき)		ご飯 キノコソースハンバーグ 蓮根炒め 白菜一夜漬 キャベツとカニカマのスープ		ご飯 サバの煮付け 豚肉のおろし煮 胡瓜のヌカ漬 とろろ昆布汁		ご飯 あじの西京焼き もやしと蒸し鶏の和え物 果物(バナナ) すまし汁(卵豆腐・糸みつば)		ご飯 はちみつ味噌焼きチキン さつま芋の煮物 大根と山菜のサラダ コンソメスープ(人参・しめじ)		ご飯 豚肉の生姜焼き 人参とたらこの炒め物 うぐいすまめ コンソメスープ(かぶ・青梗菜)	
	カロリー 424 蛋白 19.7 脂質 7.2	炭水 66.1 食塩 2.1 Ca 140	カロリー 470 蛋白 25 脂質 15.5	炭水 54.5 食塩 2.5 Ca 133	カロリー 487 蛋白 19.6 脂質 14.9	炭水 67.4 食塩 3.4 Ca 163	カロリー 516 蛋白 23.3 脂質 20.8	炭水 54.5 食塩 3.7 Ca 107	カロリー 395 蛋白 21.7 脂質 5.6	炭水 62.4 食塩 2.2 Ca 99	カロリー 442 蛋白 21.6 脂質 4.2	炭水 75.9 食塩 2.4 Ca 129	カロリー 445 蛋白 20 脂質 7.2	炭水 71.4 食塩 2.3 Ca 115
成分	カロリー	1484 kcal	カロリー	1414 kcal	カロリー	1478 kcal	カロリー	1434 kcal	カロリー	1327 kcal	カロリー	1410 kcal	カロリー	1421 kcal
	蛋白	58.8 g	蛋白	55.8 g	蛋白	60.3 g	蛋白	50.6 g	蛋白	64.6 g	蛋白	61.2 g	蛋白	59.9 g
	脂質	42.5 g	脂質	34.4 g	脂質	40.3 g	脂質	37 g	脂質	25.6 g	脂質	24.9 g	脂質	28.9 g
	炭水	206.1 g	炭水	210.2 g	炭水	213.1 g	炭水	210.6 g	炭水	201.1 g	炭水	225.4 g	炭水	219.2 g
	食塩	7.1 g	食塩	7.4 g	食塩	8.6 g	食塩	8.1 g	食塩	7.1 g	食塩	7.4 g	食塩	6.4 g
	Ca	500 mg	Ca	577 mg	Ca	437 mg	Ca	531 mg	Ca	403 mg	Ca	423 mg	Ca	581 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。