

事業者 けやきの死  
 献立名 予定献立  
 食種名 常食(常)  
 期間 2025/06/01(日) ~ 2025/06/07(土)

### 献立一覧表(成分有)7日間

	06月01日日曜日	06月02日月曜日	06月03日火曜日	06月04日水曜日	06月05日木曜日	06月06日金曜日	06月07日土曜日
朝食	ご飯 温泉卵 大根そぼろあん 刻みきゅうり漬け みそ汁(冬瓜・春菊)	ご飯 若鶏八幡巻 車麩の煮物 桜大根漬 みそ汁(ワカメ・玉葱)	ご飯 南瓜しんじょのあんかけ ポテトサラダ 海苔佃煮 みそ汁(ふ・ほうれん草)	ご飯 あんかけ五目玉子 切昆布と大豆の煮物 刻みしば漬け みそ汁(南瓜・葱)	ご飯 きんぴら入り豆腐ハンバーグ ナメ茸おろし うぐいすまめ みそ汁(なす・葱)	ご飯 スペイン風オムレツ 小松菜の胡麻生姜浸し 漬物(千切沢庵) みそ汁(えのき・わかめ)	ご飯 鶏そぼろ信田煮 黒酢根菜きんぴら 梅びしお みそ汁(豆腐・葱)
	カロリー 351 炭水 54.4 蛋白 12.8 脂質 7.6 食塩 1.8 Ca 123	カロリー 330 炭水 58.4 蛋白 11 脂質 4.3 食塩 2 Ca 118	カロリー 415 炭水 66.4 蛋白 10.2 脂質 10.9 食塩 2.5 Ca 194	カロリー 384 炭水 61.6 蛋白 14.5 脂質 7.8 食塩 2 Ca 132	カロリー 389 炭水 70.8 蛋白 10.8 脂質 6.6 食塩 2.6 Ca 115	カロリー 330 炭水 59.9 蛋白 10.3 脂質 5.5 食塩 2.4 Ca 167	カロリー 397 炭水 66.7 蛋白 12.3 脂質 8.1 食塩 3.4 Ca 167
昼食	ご飯 鰯フライ 中華風冷奴 さくらんぼゼリー レタススープ	ご飯 鯖の生姜焼き なすとピーマンの炒め物 大根なます みそ汁(さつま芋・しめじ)	チャーハン カニ玉 ビーフソテー 果物(キウイフルーツ) 白菜のスープ	肉そば 人参しゅうまい メロンフルーツ	わかめごはん 鶏の塩麹漬け焼き 春雨マヨサラダ オクラとなめこの和え物 みそ汁(さつま芋・小松菜)	ご飯 赤魚の粕漬焼き 長芋と鶏肉の煮物 スナッペンどうのサラダ すまし汁(花ふ・三つ葉)	カレーライス 海老とキャベツのマヨサラダ 福神漬 ヨーグルト和え
	カロリー 504 炭水 73.5 蛋白 17 脂質 14.7 食塩 2.6 Ca 396	カロリー 493 炭水 66.4 蛋白 23.7 脂質 12.9 食塩 2.6 Ca 125	カロリー 543 炭水 73.6 蛋白 15.6 脂質 19.6 食塩 3.3 Ca 116	カロリー 441 炭水 68.8 蛋白 23.6 脂質 7.7 食塩 2.5 Ca 82	カロリー 482 炭水 66.1 蛋白 24.4 脂質 12.6 食塩 3.3 Ca 64	カロリー 426 炭水 61.7 蛋白 25.6 脂質 5.4 食塩 2.3 Ca 117	カロリー 622 炭水 80.6 蛋白 26.3 脂質 20.6 食塩 2.9 Ca 313
15時	みかんタルト	ドームケーキ(こしあん)	パニラクレープ	黒糖まんじゅう	抹茶ようかん	はちみつレモンゼリー	ドームケーキ(カスタード)
	カロリー 122 炭水 0 蛋白 2 脂質 6.3 食塩 0.1 Ca 4	カロリー 100 炭水 19.3 蛋白 2.2 脂質 1.5 食塩 0 Ca 0	カロリー 89 炭水 8.1 蛋白 0.9 脂質 5.9 食塩 0.1 Ca 0	カロリー 70 炭水 0 蛋白 1.1 脂質 0.1 食塩 0.1 Ca 0	カロリー 63 炭水 15.5 蛋白 0.4 脂質 0.1 食塩 0.1 Ca 291	カロリー 95 炭水 23.8 蛋白 0 脂質 0 食塩 0.1 Ca 2	カロリー 116 炭水 17.4 蛋白 2.3 脂質 4.2 食塩 0 Ca 0
夕食	ご飯 枝豆とカニカマ入り厚焼き卵 肉ジャガ かぶのヌカ漬 みそ汁(花麩・ほうれん草)	ご飯 クリームロールキャベツ 厚揚げと大根の煮物 金時豆佃 コンソメスープ(青梗菜・えのき)	ご飯 鶏肉の玉葱ソースがけ 豆腐の旨煮 ナスのヌカ漬 とろろ昆布汁	ご飯 鮭と野菜のコロッケ風 炒り鶏 卵豆腐 すまし汁(かぶ・わかめ)	ご飯 ビーフシチュー もやしとツナのサラダ 果物(バナナ) コンソメスープ(キャベツ・ほうれん草)	ご飯 メンチカツ 人参とたらこの炒め物 エビとかぶのサラダ 冬瓜のスープ	ご飯 カレーの煮付け 南瓜しゅうまい 大根と山菜のサラダ 野菜とリンゴのジュース
	カロリー 459 炭水 64.5 蛋白 22.3 脂質 10.5 食塩 3 Ca 177	カロリー 495 炭水 75.9 蛋白 20.7 脂質 10.8 食塩 2.2 Ca 398	カロリー 409 炭水 56.8 蛋白 25.6 脂質 7.3 食塩 2.8 Ca 138	カロリー 531 炭水 66.9 蛋白 24.9 脂質 17.1 食塩 2.6 Ca 155	カロリー 477 炭水 72.4 蛋白 20.7 脂質 9.4 食塩 2.5 Ca 118	カロリー 516 炭水 67.9 蛋白 18.5 脂質 17.6 食塩 2.6 Ca 201	カロリー 383 炭水 65.7 蛋白 18.9 脂質 3.3 食塩 2.3 Ca 110
成分	カロリー 1436 kcal 蛋白 54.1 g 脂質 39.1 g 炭水 192.4 g 食塩 7.5 g Ca 700 mg	カロリー 1418 kcal 蛋白 57.6 g 脂質 29.5 g 炭水 220 g 食塩 6.8 g Ca 641 mg	カロリー 1456 kcal 蛋白 55.3 g 脂質 43.7 g 炭水 204.9 g 食塩 8.7 g Ca 448 mg	カロリー 1426 kcal 蛋白 64.1 g 脂質 32.7 g 炭水 197.3 g 食塩 7.2 g Ca 369 mg	カロリー 1411 kcal 蛋白 56.3 g 脂質 28.7 g 炭水 224.8 g 食塩 8.5 g Ca 588 mg	カロリー 1367 kcal 蛋白 54.4 g 脂質 28.5 g 炭水 213.3 g 食塩 7.4 g Ca 487 mg	カロリー 1518 kcal 蛋白 59.8 g 脂質 36.2 g 炭水 230.4 g 食塩 8.6 g Ca 590 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。