

事業者 けやきの死
 献立名 予定献立
 食種名 常食(常)
 期間 2025/06/29(日) ~ 2025/06/30(月)

献立一覧表(成分有)7日間

| | 06月29日日曜日 | | 06月30日月曜日 | |
|-----|-------------------------------------------------------|-----------------------------|----------------------------------------------------------|-----------------------------|
| 朝食 | ご飯 南瓜しんじょのあんかけ 枝豆とひじきの白和え 海苔佃煮 みそ汁(麩・小松菜) | | ご飯 炒り豆腐 小松菜の胡麻生姜浸し 漬物(千切沢庵) みそ汁(白菜) | |
| | カロリー 355 蛋白 10.2 脂質 5.5 | 炭水 63.6 食塩 2.2 Ca 157 | カロリー 318 蛋白 11.1 脂質 4.7 | 炭水 56.9 食塩 2.2 Ca 188 |
| 昼食 | 四色丼 もやしのサラダ フルーツ寒天 みそ汁(なめこ・ワカメ) | | ご飯 ハンバーグ・デミグラスソース スナックえんどうのサラダ 十勝ヨーグルト 玉子スープ | |
| | カロリー 510 蛋白 25.9 脂質 17.1 | 炭水 82.5 食塩 3 Ca 385 | カロリー 575 蛋白 22.5 脂質 17.9 | 炭水 76 食塩 2.7 Ca 255 |
| 15時 | メロンロールケーキ | | 芋ようかん | |
| | 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 63 蛋白 0.4 脂質 0.1 | 炭水 15.5 食塩 0.1 Ca 291 |
| 夕食 | ご飯 さばの味噌煮 鶏肉となすの生姜焼き 白菜のツナマヨ和え 清汁(はんぺん) | | ご飯 たらきのこソースかけ 豚角煮 人参サラダ みそ汁(キャベツ・わかめ) | |
| | カロリー 543 蛋白 23.2 脂質 21.3 | 炭水 61.2 食塩 2.4 Ca 121 | カロリー 510 蛋白 22.4 脂質 16.6 | 炭水 62.5 食塩 2.5 Ca 156 |
| 成分 | カロリー | 1483 kcal | カロリー | 1466 kcal |
| | 蛋白 | 60.7 g | 蛋白 | 56.4 g |
| 脂質 | 47.2 g | 脂質 | 39.3 g | |
| 炭水 | 217 g | 炭水 | 210.9 g | |
| 食塩 | 7.7 g | 食塩 | 7.5 g | |
| Ca | 671 mg | Ca | 890 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。