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

献立一覧表(成分有)7日間

	07月01日火曜日	07月02日水曜日	07月03日木曜日	07月04日金曜日	07月05日土曜日	07月06日日曜日	07月07日月曜日
朝食	ご飯 あんかけ五目玉子 ナメ茸おろし きざみきゅうり漬け みそ汁(厚揚げ・葱)	ご飯 かにしんじょのあんかけ かぼちゃサラダ 海苔佃煮 みそ汁(麩・ほうれん草)	ご飯 スペイン風オムレツ 根菜のきんぴら 高菜漬け みそ汁(大根・小松菜)	ご飯 若鶏二色巻 ポテトサラダ 刻みしば漬け みそ汁(厚揚げ・青葱)	ご飯 ひきわり納豆 大根そぼろあん 漬物(胡瓜風味) みそ汁(なす・葱)	ご飯 温泉卵 ウィンナーと野菜のクリーム煮 白菜一夜漬 みそ汁(葱・なめこ)	ご飯 がんもの煮物 卵豆腐 しば漬 みそ汁(ほうれん草・舞茸)
	カロリー 349 炭水 59.5 蛋白 12.4 食塩 2.5 脂質 6.7 Ca 162	カロリー 380 炭水 70.8 蛋白 10 食塩 1.8 脂質 7 Ca 156	カロリー 373 炭水 66.9 蛋白 9.3 食塩 3.3 脂質 6.8 Ca 143	カロリー 425 炭水 62.5 蛋白 17.6 食塩 2.1 脂質 10.5 Ca 167	カロリー 328 炭水 57.2 蛋白 11.5 食塩 1.4 脂質 4.8 Ca 108	カロリー 366 炭水 56.6 蛋白 13 食塩 2.6 脂質 8.4 Ca 137	カロリー 348 炭水 56.3 蛋白 12.4 食塩 2.3 脂質 7 Ca 174
昼食	ご飯 ブリの煮付け 里芋のたらこサラダ 白菜の柚子香和え とろろ昆布汁	夏野菜カレー 海老とキャベツのマヨサラダ 福神漬 ヨーグルト和え	ご飯 やわらか豚カツ ビーフソテー スイカのゼリー コンソメスープ(えのき・青梗菜)	山菜そば 蓮根饅頭のおんかけ メロンブルーチェ	ご飯 親子煮 冬瓜のくず煮 桃ヨーグルト 豚汁	ご飯 鮭のバター醤油焼き 竹輪と里芋の煮物 大根なます みそ汁(厚揚げ・しめじ)	ちらし寿司 天婦羅 さつま芋まんじゅう 七夕ゼリー すまし汁(オクラ・そうめん)
	カロリー 455 炭水 63.6 蛋白 21.4 食塩 2 脂質 11.5 Ca 121	カロリー 585 炭水 74.8 蛋白 25.8 食塩 2.6 脂質 19.3 Ca 276	カロリー 624 炭水 88.1 蛋白 21.3 食塩 1.7 脂質 18.9 Ca 108	カロリー 415 炭水 79.2 蛋白 16.1 食塩 5.8 脂質 4.7 Ca 92	カロリー 537 炭水 70.2 蛋白 26.9 食塩 2.4 脂質 14 Ca 276	カロリー 463 炭水 62.4 蛋白 28.2 食塩 3.1 脂質 9.9 Ca 165	カロリー 523 炭水 94.5 蛋白 15.9 食塩 3.2 脂質 8.7 Ca 78
15時	焼きプリンタルト	ドームケーキ(こしあん)	パニラクレープ	黒糖まんじゅう	抹茶プリン	はちみつレモンゼリー	星の練り切り
	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 100 炭水 19.3 蛋白 2.2 食塩 0 脂質 1.5 Ca 0	カロリー 90 炭水 8.3 蛋白 1 食塩 0.1 脂質 5.9 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 70 炭水 0 蛋白 0.4 食塩 0.2 脂質 0.2 Ca 0	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 69 炭水 15.8 蛋白 1.5 食塩 0 脂質 0 Ca 0
夕食	ご飯 豚肉の生姜焼き レタスと豆腐の旨煮 うぐいす豆 コンソメスープ(キャベツ・カニカマ)	ご飯 赤魚の煮付け 牛肉ときのこのソテー 青菜と竹輪のお浸し すまし汁(はんぺん)	ご飯 たらの塩麹漬 かぼちゃのいとこ煮 ほうれん草の胡麻和え すまし汁(豆腐・わかめ)	ご飯 コンビーフとチーズ入りオムレツ 白菜とハムの和え物 果物(バナナ) コンソメスープ(青梗菜・かにかま)	ご飯 鱈の味噌焼き おさかな豆腐揚げ煮 もずく酢 すまし汁(小松菜・花麩)	ご飯 回鍋肉 豆腐の旨煮 ナスのヌカ漬 冬瓜のスープ	ご飯 ハンバーグ クリームチーズかけ 大根と枝豆のサラダ 果物(メロン) コンソメスープ(青梗菜・人参)
	カロリー 525 炭水 71.4 蛋白 22.5 食塩 2 脂質 14.4 Ca 129	カロリー 451 炭水 66.7 蛋白 30.8 食塩 2.6 脂質 6 Ca 144	カロリー 399 炭水 70.2 蛋白 19.5 食塩 2.5 脂質 3.6 Ca 197	カロリー 509 炭水 67 蛋白 19 食塩 2.4 脂質 15 Ca 255	カロリー 396 炭水 57.6 蛋白 21.9 食塩 1.9 脂質 6.8 Ca 150	カロリー 462 炭水 57.1 蛋白 20.5 食塩 2.3 脂質 13.5 Ca 136	カロリー 532 炭水 70.8 蛋白 20 食塩 2.9 脂質 18.1 Ca 193
成分	カロリー 1451 kcal	カロリー 1516 kcal	カロリー 1486 kcal	カロリー 1419 kcal	カロリー 1331 kcal	カロリー 1386 kcal	カロリー 1472 kcal
	蛋白 58.3 g	蛋白 68.8 g	蛋白 51.1 g	蛋白 53.8 g	蛋白 60.7 g	蛋白 61.7 g	蛋白 49.8 g
	脂質 38.9 g	脂質 33.8 g	脂質 35.2 g	脂質 30.3 g	脂質 25.8 g	脂質 31.8 g	脂質 33.8 g
	炭水 194.5 g	炭水 231.6 g	炭水 233.5 g	炭水 208.7 g	炭水 185 g	炭水 199.9 g	炭水 237.4 g
	食塩 6.6 g	食塩 7 g	食塩 7.6 g	食塩 10.4 g	食塩 5.9 g	食塩 8.1 g	食塩 8.4 g
	Ca 416 mg	Ca 576 mg	Ca 448 mg	Ca 514 mg	Ca 534 mg	Ca 440 mg	Ca 445 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。