

事業者 けやきの死  
 献立名 予定献立  
 食種名 常食(常)  
 期間 2025/09/01(月)～2025/09/07(日)

### 献立一覧表(成分有)7日間

	09月01日月曜日	09月02日火曜日	09月03日水曜日	09月04日木曜日	09月05日金曜日	09月06日土曜日	09月07日日曜日
朝食	ご飯 きんぴら入り豆腐ハンバーグ 切干大根とさつま揚げの煮物 あみ佃 みそ汁(わかめ・玉ねぎ)	ご飯 さんまのおかか煮 ナメ茸おろし 白菜漬 みそ汁(豆腐・小松菜)	ご飯 ひきわり納豆 大根そぼろあん 高菜漬け みそ汁(えのき・わかめ)	ご飯 葱入り玉子焼 五目大豆煮 桜大根漬 みそ汁(もやし・ニラ)	ご飯 肉団子柚子おろし 春雨の酢の物 ねり梅 みそ汁(白菜)	ご飯 温泉卵 厚揚げの煮物 漬物(胡瓜風味) みそ汁(わかめ・大根)	ご飯 信田煮 たけのこの煮物 しば漬 みそ汁(小松菜・玉葱)
	カロリー 394 炭水 67.6 食塩 2.9 Ca 164 蛋白質 11.9 脂質 7	カロリー 338 炭水 57.7 食塩 2.3 Ca 196 蛋白質 11.9 脂質 5.9	カロリー 328 炭水 57.4 食塩 2 Ca 118 蛋白質 11.9 脂質 4.8	カロリー 430 炭水 60.1 食塩 1.4 Ca 176 蛋白質 20.5 脂質 10.8	カロリー 415 炭水 69.9 食塩 2.7 Ca 125 蛋白質 14.1 脂質 7.1	カロリー 362 炭水 55.9 食塩 2 Ca 143 蛋白質 13 脂質 8.2	カロリー 365 炭水 62.7 食塩 2.5 Ca 166 蛋白質 11.5 脂質 6.4
昼食	麦ごはん 赤魚の味噌漬焼き 豚肉ときのこのガーリックソテー 野菜と果物のゼリー すまし汁(小松菜・麩)	カレーライス 大根サラダ 福神漬 ヨーグルト和え	ご飯 親子煮 エビとかぶのサラダ パインフルーチェ みそ汁(青梗菜・葱)	菜飯 鮭のバター醤油焼き 冬瓜の煮物 ごぼうサラダ みそ汁(じゃが芋・青葱)	ご飯 メンチカツ 中華風冷奴 十勝ヨーグルト みそ汁(小松菜・しめじ)	野菜ラーメン(醤油) 焼き餃子 ぶどうフルーチェ	ゆかり御飯 サバの塩焼き かぼちゃまんじゅう キャベツの酢の物 かき玉汁(ほうれん草)
	カロリー 423 炭水 65.2 食塩 1.9 Ca 105 蛋白質 21.7 脂質 8.7	カロリー 619 炭水 82.1 食塩 3.1 Ca 259 蛋白質 20.3 脂質 21.5	カロリー 506 炭水 67.6 食塩 2.4 Ca 248 蛋白質 28.8 脂質 11.6	カロリー 463 炭水 57 食塩 4.7 Ca 101 蛋白質 24.3 脂質 14.2	カロリー 532 炭水 80 食塩 2.9 Ca 251 蛋白質 18.5 脂質 14.3	カロリー 487 炭水 64.1 食塩 3.8 Ca 104 蛋白質 20.4 脂質 15.3	カロリー 443 炭水 62.5 食塩 2.8 Ca 64 蛋白質 21.2 脂質 10.5
15時	スイートポテト	さくらんぼゼリー	パニラクレープ	抹茶プリン	吹雪まんじゅう	レアチーズケーキ	葛まんじゅう
	カロリー 80 炭水 14.7 食塩 0 Ca 73 蛋白質 0.5 脂質 2.3	カロリー 40 炭水 10.6 食塩 0 Ca 121 蛋白質 0 脂質 0	カロリー 90 炭水 8.3 食塩 0.1 Ca 0 蛋白質 1 脂質 5.9	カロリー 70 炭水 0 食塩 0.2 Ca 0 蛋白質 0.4 脂質 0.2	カロリー 70 炭水 0 食塩 0.1 Ca 0 蛋白質 1.4 脂質 0.1	カロリー 95 炭水 5.9 食塩 0 Ca 93 蛋白質 1.6 脂質 7	カロリー 71 炭水 17.2 食塩 0 Ca 10 蛋白質 1 脂質 0.1
夕食	ご飯 鶏肉のソテー おろしソースかけ ブロッコリーの胡麻マヨサラダ 昆布豆 えのきのスープ	ご飯 カレイの煮付け 豆腐しゅうまい ほうれん草の山吹和え とろろ昆布汁	ご飯 ブリの照焼 厚揚げのあんかけ もやしの和え物 すまし汁(花麩・しめじ)	ご飯 豆腐ハンバーグ デミグラスソース 白菜とハムの和え物 果物(キウイフルーツ) コンソメスープ(ペーコン・かぶ)	ご飯 あじの味噌漬焼き かぼちゃの煮物 ほうれん草の胡麻和え すまし汁(はんぺん)	ご飯 クリームコロッケ 人参とツナの炒め物 金時豆佃 コンソメスープ(青梗菜・えのき)	ご飯 回鍋肉 さつま芋の甘露煮 青菜と竹輪のお浸し 白菜のスープ
	カロリー 530 炭水 70.2 食塩 2.8 Ca 196 蛋白質 31.3 脂質 15.9	カロリー 392 炭水 61.7 食塩 2.3 Ca 147 蛋白質 21.1 脂質 5.2	カロリー 483 炭水 63.4 食塩 2.3 Ca 133 蛋白質 22.4 脂質 15.6	カロリー 496 炭水 72.3 食塩 2.4 Ca 313 蛋白質 17.6 脂質 14.4	カロリー 411 炭水 67.7 食塩 2.1 Ca 193 蛋白質 20.4 脂質 5.8	カロリー 455 炭水 78.8 食塩 2 Ca 169 蛋白質 14.4 脂質 11.1	カロリー 548 炭水 73 食塩 1.6 Ca 168 蛋白質 20.5 脂質 16.5
成分	カロリー 1427 kcal	カロリー 1389 kcal	カロリー 1407 kcal	カロリー 1459 kcal	カロリー 1428 kcal	カロリー 1399 kcal	カロリー 1427 kcal
	蛋白質 65.4 g	蛋白質 53.3 g	蛋白質 64.1 g	蛋白質 62.8 g	蛋白質 54.4 g	蛋白質 49.4 g	蛋白質 54.2 g
	脂質 33.9 g	脂質 32.6 g	脂質 37.9 g	脂質 39.6 g	脂質 27.3 g	脂質 41.6 g	脂質 33.5 g
	炭水 217.7 g	炭水 212.1 g	炭水 196.7 g	炭水 189.4 g	炭水 217.6 g	炭水 204.7 g	炭水 215.4 g
	食塩 7.6 g	食塩 7.7 g	食塩 6.8 g	食塩 8.7 g	食塩 7.8 g	食塩 7.8 g	食塩 6.9 g
	Ca 538 mg	Ca 723 mg	Ca 499 mg	Ca 590 mg	Ca 569 mg	Ca 509 mg	Ca 408 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。