

事業者 けやきの死
献立名 予定献立
食種名 常食(常)
期間 2025/09/15(月) ～ 2025/09/21(日)

献立一覧表(成分有)7日間

	09月15日月曜日		09月16日火曜日		09月17日水曜日		09月18日木曜日		09月19日金曜日		09月20日土曜日		09月21日日曜日	
朝食	ご飯 つくねの甘辛ダレ 野菜の炊き合わせ 桜大根漬 みそ汁(なめこ・長ねぎ)		ご飯 いわしの梅煮 ごぼうサラダ 刻みきゅうり漬け みそ汁(ほうれん草・しめじ)		ご飯 厚焼き玉子 千切大根の甘辛煮 青しその実漬け みそ汁(厚揚げ・しめじ)		ご飯 ウィンナーと野菜のクリーム煮 春雨の酢の物 刻みしば漬 みそ汁(ニラ・もやし)		ご飯 チーズオムレツ 切干大根とさつま揚げの煮物 野沢菜漬 みそ汁(厚揚げ・ワカメ)		ご飯 いわしのみぞれ煮 炒り豆腐 白菜漬 みそ汁(なす・葱)		ご飯 温泉卵 揚げ茄子のそぼろ煮 しそ昆布佃 みそ汁(もやし・小松菜)	
	カロリー 340 蛋白 11.7 脂質 5.8	炭水 56.9 食塩 1.3 Ca 114	カロリー 343 蛋白 10.5 脂質 5.5	炭水 60.1 食塩 1.9 Ca 185	カロリー 387 蛋白 13.2 脂質 7.8	炭水 61.3 食塩 2.7 Ca 168	カロリー 340 蛋白 8.2 脂質 3.8	炭水 65.3 食塩 2.1 Ca 109	カロリー 375 蛋白 12.4 脂質 6.3	炭水 63.9 食塩 3.2 Ca 208	カロリー 364 蛋白 12.6 脂質 8.6	炭水 55.4 食塩 1.9 Ca 176	カロリー 395 蛋白 14 脂質 10.5	炭水 57.4 食塩 2.3 Ca 145
昼食	赤飯 天婦羅 厚焼卵,昆布巻,蒲鉾,紅葉麩 煮物 果物(メロン) すまし汁(しめじ・ほうれん草)		ご飯 サバの味噌煮 なすとピーマンの炒め物 大根なます すまし汁(ハンペン・わかめ)		肉うどん キャベツとツナのサラダ 栗のムース		カレーライス 海老とキャベツのマヨサラダ 福神漬 十勝ヨーグルト		ご飯 ブリの煮付け 蓮根鰻頭のおんかけ もやしと竹輪の和え物 みそ汁(キャベツ・えのき)		ご飯 チーズ鮭フライ かぼちゃの煮物 トマトと玉ねぎのサラダ みそ汁(小松菜・しめじ)		五目御飯 エビフライ 若鶏二色巻 野菜の白だし漬け 果物(梨) すまし汁(花ふ,そうめん)	
	カロリー 559 蛋白 24.8 脂質 14.2	炭水 81.3 食塩 4.8 Ca 136	カロリー 512 蛋白 20.3 脂質 18.5	炭水 62.3 食塩 2.2 Ca 119	カロリー 544 蛋白 22.3 脂質 20.7	炭水 60.7 食塩 3.1 Ca 109	カロリー 616 蛋白 26.4 脂質 19.9	炭水 80.6 食塩 3 Ca 269	カロリー 477 蛋白 22.6 脂質 14.2	炭水 64.4 食塩 2.2 Ca 130	カロリー 523 蛋白 18.4 脂質 14.7	炭水 76.4 食塩 2.1 Ca 161	カロリー 558 蛋白 28.8 脂質 14.6	炭水 78.5 食塩 4.2 Ca 65
15時	鶴亀の練り切り		ドームケーキ(チョコ)		シュークリーム		紫いもようかん		どらやき(ずんだあん)		クリームコーヒゼリー		黒糖まんじゅう	
	カロリー 77 蛋白 1.6 脂質 0	炭水 17.6 食塩 0 Ca 0	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 71 蛋白 2.4 脂質 3.9	炭水 6.5 食塩 0.1 Ca 14	カロリー 63 蛋白 0.4 脂質 0.1	炭水 15.5 食塩 0.1 Ca 291	カロリー 113 蛋白 2.8 脂質 1.5	炭水 0 食塩 0.2 Ca 0	カロリー 54 蛋白 1.3 脂質 2.3	炭水 6.9 食塩 0 Ca 4	カロリー 70 蛋白 1.1 脂質 0.1	炭水 0 食塩 0.1 Ca 0
夕食	ご飯 カニ玉 ビーフンソテー 野菜と果物のゼリー 中華スープ(かにかま・青梗菜)		ご飯 クリームロールキャベツ 海老とブロッコリーの炒め物 豆とおからのサラダ 野菜とリンゴのジュース		ご飯 豆腐ハンバーグのホワイトソースかけ にんじんしゅうまい 小松菜とシラスのお浸し えのきのスープ		ご飯 たらの塩麴漬 筑前煮 白菜の柚子香和え みそ汁(ほうれん草・葱)		ご飯 麻婆豆腐 焼き餃子 オクラと湯菜のお浸し 白菜のスープ		ご飯 鶏の味噌マヨ焼き 切昆布と大豆の煮物 きゅうりとしらすの梅和え すまし汁(花麩・絹さや)		ご飯 ロールキャベツ(コンソメ味) いんげんと玉ねぎのバター炒め 卵豆腐 冬瓜のスープ	
	カロリー 544 蛋白 13.5 脂質 18.5	炭水 79.9 食塩 2.6 Ca 132	カロリー 492 蛋白 20.9 脂質 13.2	炭水 71.4 食塩 3 Ca 394	カロリー 524 蛋白 20.7 脂質 14.5	炭水 76 食塩 3.9 Ca 385	カロリー 376 蛋白 21 脂質 3.9	炭水 60.5 食塩 2.6 Ca 141	カロリー 507 蛋白 19.4 脂質 18.8	炭水 62.7 食塩 3.1 Ca 177	カロリー 444 蛋白 27.2 脂質 9.5	炭水 59.5 食塩 2.5 Ca 139	カロリー 401 蛋白 15 脂質 11.2	炭水 58.1 食塩 2.7 Ca 288
成分	カロリー	1520 kcal	カロリー	1451 kcal	カロリー	1526 kcal	カロリー	1395 kcal	カロリー	1472 kcal	カロリー	1385 kcal	カロリー	1424 kcal
	蛋白	51.6 g	蛋白	53.9 g	蛋白	58.6 g	蛋白	56 g	蛋白	57.2 g	蛋白	59.5 g	蛋白	58.9 g
	脂質	38.5 g	脂質	40.7 g	脂質	46.9 g	脂質	27.7 g	脂質	40.8 g	脂質	35.1 g	脂質	36.4 g
	炭水	235.7 g	炭水	209.7 g	炭水	204.5 g	炭水	221.9 g	炭水	191 g	炭水	198.2 g	炭水	194 g
	食塩	8.7 g	食塩	7.2 g	食塩	9.8 g	食塩	7.8 g	食塩	8.7 g	食塩	6.5 g	食塩	9.3 g
	Ca	382 mg	Ca	698 mg	Ca	676 mg	Ca	810 mg	Ca	515 mg	Ca	480 mg	Ca	498 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。