

事業者 けやきの死
献立名 予定献立
食種名 常食(常)
期間 2025/09/29(月) ～ 2025/09/30(火)

献立一覧表(成分有)7日間

	09月29日月曜日		09月30日火曜日	
朝食	ご飯 ひきわり納豆 根菜のきんぴら 漬物(胡瓜風味) みそ汁(大根・小松菜)		ご飯 厚焼き玉子 ポテトサラダ しば漬 みそ汁(かぶ・かぶの葉)	
	カロリー 361 蛋白 11.6 脂質 5.6	炭水 64.3 食塩 2.3 Ca 139	カロリー 409 蛋白 11.6 脂質 11	炭水 62.6 食塩 2.2 Ca 150
昼食	ご飯 鶏の胡麻しそ焼き 白菜の中華煮 ツナとかぶのサラダ すまし汁(ほうれん草・えのき)		あんかけ焼きそば えびしゅうまい いちごブルーチェ	
	カロリー 481 蛋白 27.6 脂質 13.2	炭水 59.5 食塩 2.2 Ca 138	カロリー 487 蛋白 24.1 脂質 12	炭水 67.9 食塩 2.7 Ca 136
15時	ドームケーキ(チョコ)		スイートポテト	
	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 80 蛋白 0.5 脂質 2.3	炭水 14.7 食塩 0 Ca 73
夕食	ご飯 野菜コロッケ 茄子のそぼろ煮 大根の梅ドレッシング和え コンソメスープ(玉葱・えのき)		ご飯 赤魚の味噌漬け焼き 大豆と鶏肉の炒り煮 やわらかごぼうサラダ とろろ昆布汁	
	カロリー 450 蛋白 10.6 脂質 11.7	炭水 73.1 食塩 1.9 Ca 133	カロリー 481 蛋白 26.1 脂質 14.1	炭水 59.4 食塩 2.7 Ca 156
成分	カロリー	1396 kcal	カロリー	1457 kcal
	蛋白	52 g	蛋白	62.3 g
成分	脂質	34 g	脂質	39.4 g
	炭水	212.8 g	炭水	204.6 g
成分	食塩	6.5 g	食塩	7.6 g
	Ca	410 mg	Ca	515 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。