

事業者 けやきの死
献立名 予定献立
食種名 常食(常)
期間 2025/11/29(土) ～ 2025/11/30(日)

献立一覧表(成分有)7日間

	11月29日土曜日		11月30日日曜日	
朝食	ご飯 信田巻 大豆のトマト煮 しそ昆布佃 みそ汁(なす・葱)		ご飯 さんまの梅煮 枝豆とひじきの白和え 白菜漬 みそ汁(えのき・わかめ)	
	カロリー 356 蛋白 12.3 脂質 4.9	炭水 63.3 食塩 2.2 Ca 153	カロリー 351 蛋白 12 脂質 5.9	炭水 59.9 食塩 2.1 Ca 177
昼食	しらすと青シソのごはん カレイのバター醤油焼き 揚げ茄子のそぼろ煮 やわらかごぼうサラダ コーンクリームスープ		ご飯 カニ玉 厚揚げと鶏肉の煮物 フルーツ寒天 冬瓜のスープ	
	カロリー 515 蛋白 21.9 脂質 16.5	炭水 66 食塩 3.4 Ca 80	カロリー 541 蛋白 18.7 脂質 20.5	炭水 83.7 食塩 2.5 Ca 392
15時	いちごクレープ		ミニオムレット	
	カロリー 90 蛋白 1 脂質 5.9	炭水 8.2 食塩 0.1 Ca 0	カロリー 46 蛋白 0.6 脂質 3.3	炭水 5.4 食塩 0 Ca 6
夕食	ご飯 豚肉とキャベツの味噌炒め えびしゅうまい オクラと湯葉のお浸し コンソメスープ(じゃが芋・しめじ)		ご飯 さばの味噌煮 肉ジャガ 野菜の白だし漬け すまし汁(卵豆腐・青葱)	
	カロリー 460 蛋白 17.3 脂質 12.5	炭水 67.4 食塩 3 Ca 154	カロリー 513 蛋白 18.4 脂質 18.1	炭水 65.4 食塩 2.7 Ca 118
成分	カロリー	1421 kcal	カロリー	1451 kcal
	蛋白	52.5 g	蛋白	49.7 g
成分	脂質	39.8 g	脂質	47.8 g
	炭水	204.9 g	炭水	214.4 g
成分	食塩	8.7 g	食塩	7.3 g
	Ca	387 mg	Ca	693 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。