

事業者 けやきの死
 献立名 予定献立
 食種名 常食(常)
 期間 2026/02/22(日) ~ 2026/02/28(土)

献立一覧表(成分有)7日間

	02月22日日曜日	02月23日月曜日	02月24日火曜日	02月25日水曜日	02月26日木曜日	02月27日金曜日	02月28日土曜日
朝食	ご飯 チーズオムレツ 高野豆腐の煮物 桜大根漬 みそ汁(じゃがいも・わかめ)	ご飯 かにしんじょのあんかけ 揚ナスの煮浸し 漬物(千切沢庵) みそ汁(もやし・わかめ)	ご飯 カニカマ卵焼 切干大根とさつま揚げの煮物 野沢菜漬 みそ汁(豆腐・青葱)	ご飯 焼き鮭ほぐし 炒り豆腐 のり佃煮 みそ汁(かぶ・ほうれん草)	ご飯 ひきわり納豆 れんこんと昆布の煮物 刻みきゅうり漬 みそ汁(大根・小松菜)	ご飯 さんま蒲焼 卵豆腐 高菜漬 みそ汁(キャベツ・青葱)	ご飯 厚焼き玉子 車麩の煮物 たいみそ みそ汁(かぶ・葱)
	カロリー 343 炭水 56.9 蛋白 11.7 食塩 3 脂質 6.1 Ca 216	カロリー 388 炭水 62 蛋白 9.5 食塩 2.5 脂質 10.2 Ca 108	カロリー 343 炭水 64 蛋白 10.8 食塩 2.6 脂質 3.5 Ca 141	カロリー 338 炭水 56.9 蛋白 13.7 食塩 2.3 脂質 4.9 Ca 179	カロリー 367 炭水 65.4 蛋白 14.3 食塩 2.9 脂質 5 Ca 209	カロリー 386 炭水 55.6 蛋白 16.5 食塩 2.8 脂質 9.9 Ca 131	カロリー 364 炭水 63.3 蛋白 12 食塩 1.9 脂質 5.5 Ca 117
昼食	キーマカレー 大根サラダ マンゴーヨーグルト 福神漬	赤飯 ムツ粕漬焼き スパゲティーサラダ いちご とろろ昆布汁	麦ごはん 鶏の塩麹漬け焼き 春雨サラダ 果物(黄桃缶) みそ汁(もやし・麩)	肉そば もやしと竹輪のサラダ メロンブルーチェ	ご飯 クリームシチュー ブロッコリーの和え物 みかん寒天 コンソメスープ(ほうれん草・えのき)	ご飯 カニ玉 牛肉と里芋の煮物 菜の花のお浸し 白菜とニラのスープ	ご飯 鶏肉のソテーデミグラスソースかけ さつま芋のレモン煮 ツナとキャベツのサラダ コンソメスープ(青梗菜・えのき)
	カロリー 565 炭水 74.1 蛋白 20.3 食塩 2.8 脂質 18.9 Ca 190	カロリー 453 炭水 64.8 蛋白 17.3 食塩 2.6 脂質 12.8 Ca 67	カロリー 508 炭水 71.7 蛋白 23.7 食塩 2.6 脂質 13 Ca 202	カロリー 583 炭水 74.5 蛋白 21.7 食塩 2.6 脂質 21.3 Ca 78	カロリー 444 炭水 86.3 蛋白 20.6 食塩 2.3 脂質 8 Ca 354	カロリー 500 炭水 65.6 蛋白 19.1 食塩 2.9 脂質 16.8 Ca 150	カロリー 519 炭水 73 蛋白 25.4 食塩 2 脂質 13.4 Ca 135
15時	いちごクレープ	紫いもようかん	ぐず餅風デザート	おやつの日	シュークリーム	黒糖まんじゅう	抹茶プリン
	カロリー 90 炭水 8.2 蛋白 1 食塩 0.1 脂質 5.9 Ca 0	カロリー 51 炭水 12.7 蛋白 0.3 食塩 0.1 脂質 0 Ca 238	カロリー 81 炭水 20.5 蛋白 0 食塩 0 脂質 0 Ca 3	カロリー 82 炭水 18.7 蛋白 1.7 食塩 0 脂質 0 Ca 0	カロリー 71 炭水 6.5 蛋白 2.4 食塩 0.1 脂質 3.9 Ca 14	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
夕食	ご飯 酢豚風 えび餃子 海藻サラダ 春雨とえのきのスープ	ご飯 牛肉豆腐 ほうれん草しゅうまい 薩摩芋と豆昆布の和え物 みそ汁(なめこ・長ねぎ)	ご飯 カレーの煮付け 豚肉のおろし煮 もずくの和え物 みそ汁(なす・葱)	麦メシ とろろ芋 鶏のしそ味噌焼き 白菜とカニカマのサラダ 清汁(小松菜・花麩)	ご飯 コロッケ 茄子のそぼろ煮 胡瓜とツナの冷奴 みそ汁(もやし・麩)	ご飯 鶏の胡麻みそ焼き ぜんまいと厚揚げの炒り煮 いちごブルーチェ すまし汁(ワカメ・葱)	ご飯 赤魚の煮付け 白菜とウィンナーのコンソメ煮 胡瓜の浅漬 すまし汁(豆腐・ほうれん草)
	カロリー 452 炭水 75.6 蛋白 12 食塩 3.2 脂質 10.4 Ca 114	カロリー 482 炭水 72.3 蛋白 23.8 食塩 2.8 脂質 9.3 Ca 146	カロリー 460 炭水 59 蛋白 22.8 食塩 2.2 脂質 12.3 Ca 111	カロリー 400 炭水 61 蛋白 23.3 食塩 2.1 脂質 6.2 Ca 139	カロリー 480 炭水 68 蛋白 17.4 食塩 2.5 脂質 13.9 Ca 138	カロリー 473 炭水 68.7 蛋白 23.8 食塩 2.6 脂質 10.4 Ca 216	カロリー 442 炭水 61.8 蛋白 22.1 食塩 2.9 脂質 10.1 Ca 124
成分	カロリー 1450 kcal	カロリー 1374 kcal	カロリー 1392 kcal	カロリー 1403 kcal	カロリー 1362 kcal	カロリー 1429 kcal	カロリー 1395 kcal
	蛋白 45 g	蛋白 50.9 g	蛋白 57.3 g	蛋白 60.4 g	蛋白 54.7 g	蛋白 60.5 g	蛋白 59.9 g
	脂質 41.3 g	脂質 32.3 g	脂質 28.8 g	脂質 32.4 g	脂質 30.8 g	脂質 37.2 g	脂質 29.2 g
	炭水 214.8 g	炭水 211.8 g	炭水 215.2 g	炭水 211.1 g	炭水 226.2 g	炭水 189.9 g	炭水 198.1 g
	食塩 9.1 g	食塩 8 g	食塩 7.4 g	食塩 7 g	食塩 7.8 g	食塩 8.4 g	食塩 7 g
	Ca 520 mg	Ca 559 mg	Ca 457 mg	Ca 396 mg	Ca 715 mg	Ca 497 mg	Ca 376 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。