

事業者 けやきの苑
献立名 予定献立
食種名 常食(常)
期間 2024/05/15(水) ~ 2024/05/21(火)

献立一覧表(成分有)7日間

	05月15日水曜日	05月16日木曜日	05月17日金曜日	05月18日土曜日	05月19日日曜日	05月20日月曜日	05月21日火曜日
朝食	ご飯 カニカマ卵ロール サラダ風ポテトの花 野沢菜漬 みそ汁(人参・ほうれん草)	ご飯 筑前煮 卵トーフのかにあんかけ 刻みしば漬 みそ汁(舞茸・ふ)	ご飯 目玉焼き がんもの煮物 たいみそ みそ汁(ほうれん草・しめじ)	ご飯 温泉卵 ジャーマンポテト 白菜一夜漬 みそ汁(なめこ・青葱)	ご飯 豆腐のそぼろあん包み ハムと野菜のクリーム煮 金時豆佃 みそ汁(ふ・ほうれん草)	ご飯 ほうれん草オムレツ 大根と昆布煮 松味楽 みそ汁(わかめ・玉ねぎ)	ご飯 クリーミーベーコンポテト 若鶏八幡巻 刻みきゅうり漬け みそ汁(白菜・青葱)
	カロリー 354 炭水 61 蛋白 10 脂質 6.6 食塩 2.2 Ca 267	カロリー 367 炭水 60 蛋白 14.9 脂質 6.1 食塩 2.3 Ca 129	カロリー 368 炭水 63.6 蛋白 12.3 脂質 6 食塩 2.2 Ca 165	カロリー 384 炭水 60.7 蛋白 12.9 脂質 8.8 食塩 2.8 Ca 127	カロリー 388 炭水 67.3 蛋白 12.1 脂質 6.5 食塩 1.8 Ca 173	カロリー 337 炭水 60.2 蛋白 10.7 脂質 4.8 食塩 2.8 Ca 158	カロリー 425 炭水 60.1 蛋白 20.4 脂質 10.3 食塩 1.2 Ca 148
昼食	ご飯 鶏の利休焼き ホタテ風味あんかけ豆腐 果物(白桃缶) ミネストローネ	枝豆としらすのごはん 鮭チーズフライ 白菜と鶏肉の柚子風味 野菜と果物のゼリー 玉子スープ	肉うどん かぼちゃしゅうまい キャベツと蒸し鶏の生姜醤油和え ヨーグルジョイ	ご飯 黒ムツの煮付け 牛肉とごぼうの卵とじ もやしと竹輪の和え物 みそ汁(豆腐・ワカメ)	五目御飯 天婦羅(天つゆ、大根おろし) 五目厚焼き玉子 野菜の白だし漬け 果物(メロン) 清汁(花麩・ひやむぎ)	ご飯 赤魚の野菜あんかけ 豚バラ肉のガーリックソテー りんごフルーチェ すまし汁(小松菜・麩)	チキンカレーライス 大根サラダ 果物(黄桃缶) コンソメスープ(青梗菜・人参)
	カロリー 524 炭水 63.7 蛋白 26.8 脂質 16.5 食塩 2.2 Ca 253	カロリー 493 炭水 73.9 蛋白 21.5 脂質 11.7 食塩 2.6 Ca 101	カロリー 470 炭水 74.5 蛋白 25.5 脂質 5.8 食塩 3.6 Ca 196	カロリー 553 炭水 67.3 蛋白 29.3 脂質 15 食塩 2.3 Ca 143	カロリー 531 炭水 84.2 蛋白 18.1 脂質 12.4 食塩 3.8 Ca 82	カロリー 470 炭水 63.6 蛋白 20.7 脂質 13.8 食塩 2.4 Ca 145	カロリー 481 炭水 76.2 蛋白 17.3 脂質 10.7 食塩 3.2 Ca 218
15時	静岡お茶プリン	葛まんじゅう	チョコレートまんじゅう	ドームケーキ(カスタード)	ミニおはぎ	ペアシュークリーム	焼きプリンタルト
	カロリー 55 炭水 11.9 蛋白 0.9 脂質 0 食塩 0.1 Ca 31	カロリー 72 炭水 17.2 蛋白 1.1 脂質 0.1 食塩 0 Ca 11	カロリー 89 炭水 0 蛋白 2 脂質 1.4 食塩 0.1 Ca 0	カロリー 116 炭水 17.4 蛋白 2.3 脂質 4.2 食塩 0 Ca 0	カロリー 71 炭水 16.4 蛋白 1 脂質 0.1 食塩 0 Ca 0	カロリー 146 炭水 12.9 蛋白 2 脂質 9.6 食塩 0.1 Ca 87	カロリー 122 炭水 0 蛋白 2 脂質 6.3 食塩 0.1 Ca 4
夕食	ご飯 たらの塩麹漬 豚しゃぶサラダ 胡瓜(ヌカ漬) みそ汁(小松菜・えのき)	ご飯 鶏肉のソテー・ミックスソースかけ 厚揚げとたけのこ炒め 大根サラダ コンソメスープ(ベーコン・玉葱)	ご飯 酢豚風 卵入り春雨ソテー 海藻サラダ 中華スープ(卵・青梗菜)	ご飯 蒸し鶏 ゴマダレ 人参とたらこの炒め物 信田煮 清汁(卵豆腐・糸みつば)	ご飯 チキンのカレー焼き アスパラとベーコンのバター炒め えびとキャベツのサラダ コンソメスープ(ねぎ・青梗菜)	ご飯 かぼちゃコロッケ えびとブロッコリーの胡麻マヨサラダ かぶ/根(ヌカ漬) えのきのスープ	ご飯 鱈のきのこあんかけ ほうれん草しゅうまい 春雨マヨサラダ すまし汁(たけのこ・絹さや)
	カロリー 434 炭水 54.5 蛋白 20.5 脂質 12.9 食塩 2.9 Ca 116	カロリー 464 炭水 60.2 蛋白 25.2 脂質 12.4 食塩 2.2 Ca 178	カロリー 497 炭水 67.5 蛋白 16.9 脂質 16.3 食塩 2.4 Ca 168	カロリー 462 炭水 61.8 蛋白 22.5 脂質 9.9 食塩 3.3 Ca 163	カロリー 433 炭水 53.7 蛋白 27.7 脂質 10.5 食塩 1.8 Ca 200	カロリー 505 炭水 73 蛋白 17.3 脂質 15.3 食塩 1.6 Ca 246	カロリー 440 炭水 66.9 蛋白 19.9 脂質 10.4 食塩 2.3 Ca 120
成分	カロリー 1367 kcal	カロリー 1396 kcal	カロリー 1424 kcal	カロリー 1515 kcal	カロリー 1423 kcal	カロリー 1458 kcal	カロリー 1468 kcal
	蛋白 58.2 g	蛋白 62.7 g	蛋白 56.7 g	蛋白 67 g	蛋白 58.9 g	蛋白 50.7 g	蛋白 59.6 g
	脂質 36 g	脂質 30.3 g	脂質 29.5 g	脂質 37.9 g	脂質 29.5 g	脂質 43.5 g	脂質 37.7 g
	炭水 191.1 g	炭水 211.3 g	炭水 205.6 g	炭水 207.2 g	炭水 221.6 g	炭水 209.7 g	炭水 203.2 g
	食塩 7.4 g	食塩 7.1 g	食塩 8.3 g	食塩 8.4 g	食塩 7.4 g	食塩 6.9 g	食塩 6.8 g
	Ca 667 mg	Ca 419 mg	Ca 529 mg	Ca 433 mg	Ca 455 mg	Ca 636 mg	Ca 490 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。