

事業者 けやきの死
 献立名 予定献立
 食種名 常食(常)
 期間 2024/09/01(日) ~ 2024/09/07(土)

献立一覧表(成分有)7日間

	09月01日日曜日	09月02日月曜日	09月03日火曜日	09月04日水曜日	09月05日木曜日	09月06日金曜日	09月07日土曜日
朝食	ご飯 花五目卵巻 千切大根の甘辛煮 昆布佃煮 みそ汁(わかめ・玉ねぎ)	ご飯 筑前煮 ナメ茸おろし 白菜一夜漬 みそ汁(かぶ・かぶの葉)	ご飯 ひきわり納豆 大根のそぼろあんかけ 高菜漬 みそ汁(えのき・わかめ)	ご飯 五目大豆煮 南瓜しんじょのあんかけ 桜大根漬 みそ汁(もやし・ニラ)	ご飯 柚子おろし肉団子 ひじきの煮物 ねり梅 みそ汁(白菜)	ご飯 温泉卵 じゃが芋のコーンクリーム煮 漬物(胡瓜風味) みそ汁(わかめ・大根)	ご飯 豆腐ハンバーグ カルボナーラパスタサラダ しば漬 みそ汁(小松菜・玉葱)
	カロリー 385 炭水化物 65.8 たんぱく質 12.2 脂質 6.4 食塩 2.6 Ca 152	カロリー 304 炭水化物 59 たんぱく質 9.2 脂質 2.9 食塩 1.9 Ca 108	カロリー 315 炭水化物 56.5 たんぱく質 10.9 脂質 4.2 食塩 1.7 Ca 109	カロリー 418 炭水化物 60.9 たんぱく質 18.2 脂質 10.5 食塩 1.8 Ca 159	カロリー 394 炭水化物 64.9 たんぱく質 11.9 脂質 9.1 食塩 2.9 Ca 183	カロリー 380 炭水化物 59 たんぱく質 12.6 脂質 9.1 食塩 2 Ca 133	カロリー 432 炭水化物 63.6 たんぱく質 11.3 脂質 8.3 食塩 2.2 Ca 150
昼食	麦ごはん 赤魚の野菜あんかけ 豚肉ときのこのガーリックソテー 野菜と果物のゼリー すまし汁(小松菜・麩)	カレーライス 大根と枝豆のサラダ 福神漬 ミルミルス	ご飯 親子煮 エビとかぶのサラダ 桃ヨーグルト 豚汁	ご飯 鮭ときのこの和風マリネ 竹輪とじゃがいもの煮物 キャベツとエビのマヨ和え みそ汁(なす・ワカメ)	ソースカツ丼 中華風冷奴 十勝ヨーグルト みそ汁(しめじ・小松菜)	醤油ラーメン 焼き餃子 ぶどうフルーチェ	いりこ菜飯 サバの塩焼き 豚しゃぶマリネ かぶのしそ風味和え すまし汁(豆腐・わかめ)
	カロリー 401 炭水化物 67.4 たんぱく質 22.7 脂質 5.2 食塩 2.6 Ca 115	カロリー 556 炭水化物 81.2 たんぱく質 23.2 脂質 13.3 食塩 3 Ca 221	カロリー 536 炭水化物 68.6 たんぱく質 31.2 脂質 13 食塩 2.3 Ca 337	カロリー 516 炭水化物 64.7 たんぱく質 28.6 脂質 14.6 食塩 3.8 Ca 168	カロリー 568 炭水化物 79 たんぱく質 20.3 脂質 17.8 食塩 2.8 Ca 246	カロリー 448 炭水化物 65.3 たんぱく質 19.3 脂質 11.9 食塩 5.3 Ca 92	カロリー 435 炭水化物 54.6 たんぱく質 24 脂質 11.7 食塩 3.6 Ca 68
15時	スイートポテト	小麦まんじゅう	チョコケーキ	ドームケーキ(カスタード)	吹雪まんじゅう	バナナクレープ	ロールケーキ(イチゴ)
	カロリー 80 たんぱく質 0.5 脂質 2.3 炭水化物 14.7 食塩 0 Ca 73	カロリー 69 たんぱく質 0.1 脂質 0.1 炭水化物 0 食塩 0.1 Ca 0	カロリー 111 たんぱく質 1.5 脂質 0 炭水化物 11.6 食塩 0.1 Ca 10	カロリー 116 たんぱく質 2.3 脂質 4.2 炭水化物 17.4 食塩 0 Ca 0	カロリー 70 たんぱく質 1.4 脂質 0.1 炭水化物 0 食塩 0.1 Ca 0	カロリー 89 たんぱく質 0.9 脂質 5.9 炭水化物 8.1 食塩 0.1 Ca 0	カロリー 71 たんぱく質 1.3 脂質 3.1 炭水化物 9.3 食塩 0.1 Ca 8
夕食	ご飯 鶏肉のソテー・ミックスソースかけ えびとブロッコリーの胡麻マヨサラダ フルーツ寒天 えのきのスープ	ご飯 黒ムツ粕漬焼き おさかな豆腐揚げ煮 青菜のくるみ和え とろろ昆布汁	ご飯 あじの味噌漬焼き 豆腐の旨煮 もやしの和え物 みそ汁(ふ・青梗菜)	ご飯 枝豆とカニカマ入り厚焼き卵 白菜とハムの和え物 果物(キウイフルーツ) コンソメスープ(パ・コン・かぶ)	ご飯 鱈の山椒味噌焼き かぼちゃの煮物 ほうれん草の胡麻和え 清汁(はんぺん)	ご飯 回鍋肉 豆腐の野菜あんかけ ツナとかぶのサラダ かき玉汁(ニラ)	ご飯 カニクリームコロッケ 大根の帆立風味あん 蒸し鶏とキャベツのオーロラソース和え 清汁(椎茸・三つ葉)
	カロリー 508 たんぱく質 28.6 脂質 15.4 炭水化物 77.2 食塩 1.7 Ca 398	カロリー 464 たんぱく質 21.4 脂質 14.2 炭水化物 59.6 食塩 2.1 Ca 181	カロリー 389 たんぱく質 22.8 脂質 8.3 炭水化物 55.2 食塩 2.6 Ca 152	カロリー 435 たんぱく質 16.3 脂質 11.5 炭水化物 59.4 食塩 2.4 Ca 155	カロリー 450 たんぱく質 21.4 脂質 9.1 炭水化物 68.4 食塩 2.2 Ca 210	カロリー 463 たんぱく質 23.4 脂質 12.1 炭水化物 58.8 食塩 2.1 Ca 143	カロリー 450 たんぱく質 17.5 脂質 10.9 炭水化物 77 食塩 2.3 Ca 138
成分	カロリー 1374 kcal たんぱく質 64 g 脂質 29.3 g 炭水化物 225.1 g 食塩 6.9 g Ca 738 mg	カロリー 1393 kcal たんぱく質 53.9 g 脂質 30.5 g 炭水化物 199.8 g 食塩 7.1 g Ca 510 mg	カロリー 1351 kcal たんぱく質 66.4 g 脂質 25.5 g 炭水化物 191.9 g 食塩 6.7 g Ca 608 mg	カロリー 1485 kcal たんぱく質 65.4 g 脂質 40.8 g 炭水化物 202.4 g 食塩 8 g Ca 482 mg	カロリー 1482 kcal たんぱく質 55 g 脂質 36.1 g 炭水化物 212.3 g 食塩 8 g Ca 639 mg	カロリー 1380 kcal たんぱく質 56.2 g 脂質 39 g 炭水化物 191.2 g 食塩 9.5 g Ca 368 mg	カロリー 1388 kcal たんぱく質 54.1 g 脂質 34 g 炭水化物 204.5 g 食塩 8.2 g Ca 364 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。