

事業者 けやきの死  
 献立名 予定献立  
 食種名 常食(常)  
 期間 2024/10/29(火) ~ 2024/10/31(木)

献立一覧表(成分有)7日間

	10月29日火曜日	10月30日水曜日	10月31日木曜日
朝食	ご飯 かにしんじょのあんかけ 切昆布と大豆の煮物 あみ佃 みそ汁(麩・小松菜)	ご飯 厚焼卵 ポテトサラダ 高菜漬け みそ汁(豆腐・なめこ)	ご飯 いわしのみぞれ煮 パンプキンサラダ 桜大根漬 みそ汁(冬瓜・わかめ)
	カロリー 379 炭水 62.9 蛋白 13.6 食塩 2.6 脂質 7.1 Ca 166	カロリー 409 炭水 62 蛋白 12.3 食塩 2.3 脂質 11.3 Ca 158	カロリー 355 炭水 64 蛋白 10 食塩 1.5 脂質 5.3 Ca 172
昼食	三色丼 もやしのサラダ フルーツ寒天 みそ汁(じゃが芋・玉ねぎ)	ご飯 ハンバーグ 和風おろし ひじきサラダ 明治十勝ヨーグルト すまし汁(花ふ・三つ葉)	ご飯 チキンビーンズ レタスと豆腐の旨煮 かぼちゃプリン コンソメスープ(ベーコン・キャベツ)
	カロリー 489 炭水 80.5 蛋白 23 食塩 2.7 脂質 15 Ca 309	カロリー 525 炭水 74.4 蛋白 22.6 食塩 2.9 脂質 12.9 Ca 310	カロリー 507 炭水 70.9 蛋白 23.5 食塩 2.6 脂質 12.8 Ca 181
15時	紫いもようかん	マロンワッフル	ハロウィンかぼちゃ
	カロリー 63 炭水 15.5 蛋白 0.4 食塩 0.1 脂質 0.1 Ca 291	カロリー 76 炭水 0 蛋白 1.2 食塩 0.1 脂質 3.2 Ca 8	カロリー 59 炭水 9.1 蛋白 0.3 食塩 0 脂質 2.4 Ca 48
夕食	ご飯 さばの味噌煮 枝豆いなりの煮物 白菜のツナ和え 清汁(卵豆腐・青葱)	ご飯 ホキの味噌漬 豚肉と白菜の煮物 野菜の白だし漬け すまし汁(オクラ・しめじ)	ご飯 ブリの生姜煮 里芋の和風マヨサラダ 白菜の柚子香和え とろろ昆布汁
	カロリー 536 炭水 62.7 蛋白 21 食塩 2.3 脂質 20 Ca 125	カロリー 371 炭水 55.2 蛋白 24.2 食塩 3 脂質 4.4 Ca 118	カロリー 505 炭水 67.1 蛋白 20.3 食塩 2.2 脂質 16.1 Ca 125
成分	カロリー 1467 kcal 蛋白 58 g 脂質 42.2 g 炭水 221.6 g 食塩 7.7 g Ca 891 mg	カロリー 1381 kcal 蛋白 60.3 g 脂質 31.8 g 炭水 191.6 g 食塩 8.3 g Ca 594 mg	カロリー 1426 kcal 蛋白 54.1 g 脂質 36.6 g 炭水 211.1 g 食塩 6.3 g Ca 526 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。