

<献立表>

2024/11/21

現場 : (株) 優樹

献立種類 : 常食(通常)

年月日 : 2024年11月25日(月) ~ 2024年12月1日(日)

	月 25	火 26	水 27	木 28	金 29	土 30	日 1
昼食							米飯180g 牛肉の焼肉炒め インゲンの浅漬け 大根と水菜のサラダ ひじき煮 漬物(きゅうり) 黄桃缶
							エネルギー 490 kcal 蛋白質 18.7g 脂質 9.8g 食塩 3.3g 炭水化物 83.1g
夕食							米飯180g カレイの生姜煮 付け合せ 木の葉のおかか和え スパサラダ 厚揚げと切昆布の煮物 漬物(きゅうり) 黄桃缶
							エネルギー 571 kcal 蛋白質 26.4g 脂質 14.6g 食塩 3.7g 炭水化物 84.1g
							エネルギー 1061 kcal 蛋白質 45.1g 脂質 24.4g 食塩 7.0g 炭水化物 167.2g

<献立表>

2024/11/21

現場 : (株) 優樹

献立種類 : 常食(通常)

年月日 : 2024年12月2日 (月) ~ 2024年12月8日 (日)

	月 2	火 3	水 4	木 5	金 6	土 7	日 8
昼食	米飯180 g 豚肉の塩麴炒め ブロッコリーの菜種和え 胡瓜の酢物 春雨チャプチェ 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 鱈の赤味噌焼き 付け合せ アスパラの胡麻和え 白菜の彩りサラダ 切干沢煮 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 煮込みハンバーグ 付け合せ 切昆布のめんつゆ和え もやしのゆかり和え 菜の花のシーフードソテー 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 赤魚のこっくり煮 付け合せ 木の草の茸和え 人参と蒟蒻の白和え スパゲッティミートソース 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g ロールキャベツ 付け合せ オクラの磯和え 茄子の中華あえ 蟹焼売 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 鮭のキノコあんかけ 小松菜の柚子皮和え 南瓜サラダ マカロニのホト風 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 鶏肉のレモンソース炒め 牛蒡の甘酢和え もずく酢 青梗菜のかに玉炒め 漬物 (きゅうり) 黄桃缶
	エネルギー 530 kcal 蛋白質 19.5 g 脂質 8.7 g 食塩 3.1 g 炭水化物 94.7 g	エネルギー 526 kcal 蛋白質 21.9 g 脂質 11.1 g 食塩 3.5 g 炭水化物 86.6 g	エネルギー 515 kcal 蛋白質 20.3 g 脂質 10.6 g 食塩 4.3 g 炭水化物 86.2 g	エネルギー 537 kcal 蛋白質 23.6 g 脂質 7.8 g 食塩 3.7 g 炭水化物 92.4 g	エネルギー 623 kcal 蛋白質 20.7 g 脂質 16.1 g 食塩 4.8 g 炭水化物 101.3 g	エネルギー 559 kcal 蛋白質 23.7 g 脂質 10.3 g 食塩 3.5 g 炭水化物 93.9 g	エネルギー 467 kcal 蛋白質 18.6 g 脂質 7.6 g 食塩 3.6 g 炭水化物 82.2 g
	米飯180 g タラのアクアパッツァ オクラの生姜和え 卵の花 茄子のケチャップ炒め 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	ひじきと大豆の炊込みご飯 鶏肉の卵とじ 小松菜の桜海老和え マカロニのオーロラ和え ツナじゃが 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 鯖の蒲焼 付け合せ 青梗菜の香味和え 牛蒡の中華サラダ 竹輪の卵とじ 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 鶏肉の生姜焼き インゲンの中華風鮭和え ひじきのフリフリ和え 大根のべっ甲煮 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 鰯の照り焼き 付け合せ ブロッコリーの塩昆布和え 胡瓜のイタリアンサラダ ビーフンカレー炒め 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g メンチカツ 付け合せ アスパラの山葵醤油和え 切干と大根葉のすり胡麻和え 白菜の豆乳チャウダー煮 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g サゴシの香味焼き 付け合せ 菜の花の辛子和え もやしの中華梅和え 切昆布とキノコの炒め煮 漬物 (きゅうり) 黄桃缶
エネルギー 446 kcal 蛋白質 20.3 g 脂質 4.8 g 食塩 3.4 g 炭水化物 81.7 g	エネルギー 561 kcal 蛋白質 21.9 g 脂質 13.0 g 食塩 3.7 g 炭水化物 91.5 g	エネルギー 650 kcal 蛋白質 21.2 g 脂質 21.8 g 食塩 3.5 g 炭水化物 93.0 g	エネルギー 527 kcal 蛋白質 17.3 g 脂質 13.7 g 食塩 3.5 g 炭水化物 84.7 g	エネルギー 603 kcal 蛋白質 23.8 g 脂質 15.9 g 食塩 3.2 g 炭水化物 95.7 g	エネルギー 559 kcal 蛋白質 15.1 g 脂質 12.3 g 食塩 3.8 g 炭水化物 96.9 g	エネルギー 547 kcal 蛋白質 24.7 g 脂質 12.9 g 食塩 4.4 g 炭水化物 83.6 g	
エネルギー 976 kcal 蛋白質 39.8 g 脂質 13.5 g 食塩 6.5 g 炭水化物 176.4 g	エネルギー 1087 kcal 蛋白質 43.8 g 脂質 24.1 g 食塩 7.2 g 炭水化物 178.1 g	エネルギー 1165 kcal 蛋白質 41.5 g 脂質 32.4 g 食塩 7.8 g 炭水化物 179.2 g	エネルギー 1064 kcal 蛋白質 40.9 g 脂質 21.5 g 食塩 7.2 g 炭水化物 177.1 g	エネルギー 1226 kcal 蛋白質 44.5 g 脂質 32.0 g 食塩 8.0 g 炭水化物 197.0 g	エネルギー 1118 kcal 蛋白質 38.8 g 脂質 22.6 g 食塩 7.3 g 炭水化物 190.8 g	エネルギー 1014 kcal 蛋白質 43.3 g 脂質 20.5 g 食塩 8.0 g 炭水化物 165.8 g	

<献立表>

2024/11/21

現場 : (株) 優樹

献立種類 : 常食(通常)

年月日 : 2024年12月9日 (月) ~ 2024年12月15日 (日)

	月 9	火 10	水 11	木 12	金 13	土 14	日 15
昼食	米飯180 g 鱈のトマトソースがけ 大根の青じそサラダ インゲンと白滝の白味噌和え ひじきと蓮根の煮物 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 麻婆豆腐 胡瓜のうざく酢 ブロッコリーとはんぺんの和え物 ピリ辛蒟蒻 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g メダイのべつ甲煮 付け合せ 白菜と大葉のポン酢和え マカロニサラダ アスパラのペーコンステーキ 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 鶏肉のトマト煮 もやしとワケメのナムル 菜の花のチーズ和え 切昆布煮 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	きのこ炊込みご飯 カレーの甘辛梅煮 付け合せ 杓苧草の白和え 大根の海藻サラダ スパゲッティ・ホリタン 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 鶏肉の卵とじ オクラの葱和え 茄子の味噌マヨ和え 餃子 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 鱈のチーズパン粉焼き 付け合せ 小松菜のあさり和え 白菜の麴和え 切干ラタトゥイユ煮 漬物 (きゅうり) 黄桃缶
	エネルギー 453 kcal 蛋白質 20.1 g 脂質 6.3 g 食塩 3.6 g 炭水化物 81.1 g	エネルギー 523 kcal 蛋白質 19.3 g 脂質 12.6 g 食塩 2.9 g 炭水化物 85.8 g	エネルギー 514 kcal 蛋白質 21.1 g 脂質 11.8 g 食塩 3.7 g 炭水化物 83.1 g	エネルギー 498 kcal 蛋白質 20.5 g 脂質 7.2 g 食塩 4.3 g 炭水化物 89.1 g	エネルギー 517 kcal 蛋白質 25.7 g 脂質 8.0 g 食塩 4.2 g 炭水化物 86.1 g	エネルギー 616 kcal 蛋白質 21.4 g 脂質 19.7 g 食塩 4.0 g 炭水化物 92.6 g	エネルギー 540 kcal 蛋白質 23.5 g 脂質 12.2 g 食塩 3.6 g 炭水化物 84.9 g
	米飯180 g 豚の角煮 杓苧草の洋風和え たらまヨスパサラダ 厚揚げの茎和布煮 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 太刀魚の塩焼き 付け合せ オクラのササミ和え 春雨サラダ 茄子の生姜みぞれ煮 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 牛肉スタミナ炒め 切干の磯中華和え 小松菜のお浸し 里芋の煮っ転がし 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 鮭の白味噌バター焼き 付け合せ 牛蒡の胡麻よごし 青梗菜の生姜和え 竹の子の土佐煮 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g エビチリ インゲンの大葉マヨ和え ひじきと水菜のサラダ 高野煮 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 鯖のカレームニエル 付け合せ 胡瓜のレンチンかま和え ブロッコリーのマリネ 和風ビーフン炒め 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g チキンカツ デミソース 付け合せ アスパラのマスタード和え さつま芋サラダ マカロニのクリーム煮 漬物 (きゅうり) 黄桃缶
	エネルギー 641 kcal 蛋白質 21.3 g 脂質 23.8 g 食塩 4.1 g 炭水化物 86.1 g	エネルギー 590 kcal 蛋白質 19.0 g 脂質 16.7 g 食塩 3.7 g 炭水化物 93.4 g	エネルギー 537 kcal 蛋白質 19.8 g 脂質 8.9 g 食塩 3.1 g 炭水化物 94.1 g	エネルギー 519 kcal 蛋白質 23.6 g 脂質 6.6 g 食塩 2.9 g 炭水化物 91.9 g	エネルギー 510 kcal 蛋白質 24.2 g 脂質 10.9 g 食塩 4.1 g 炭水化物 82.1 g	エネルギー 640 kcal 蛋白質 20.3 g 脂質 24.5 g 食塩 3.8 g 炭水化物 89.1 g	エネルギー 647 kcal 蛋白質 19.6 g 脂質 15.7 g 食塩 4.0 g 炭水化物 107.1 g
エネルギー 1094 kcal 蛋白質 41.4 g 脂質 30.1 g 食塩 7.7 g 炭水化物 167.2 g	エネルギー 1113 kcal 蛋白質 38.3 g 脂質 29.3 g 食塩 6.6 g 炭水化物 179.2 g	エネルギー 1051 kcal 蛋白質 40.9 g 脂質 20.7 g 食塩 6.8 g 炭水化物 177.2 g	エネルギー 1017 kcal 蛋白質 44.1 g 脂質 13.8 g 食塩 7.2 g 炭水化物 181.0 g	エネルギー 1027 kcal 蛋白質 49.9 g 脂質 18.9 g 食塩 8.3 g 炭水化物 168.2 g	エネルギー 1256 kcal 蛋白質 41.7 g 脂質 44.2 g 食塩 7.8 g 炭水化物 181.7 g	エネルギー 1187 kcal 蛋白質 43.1 g 脂質 27.9 g 食塩 7.6 g 炭水化物 192.0 g	

<献立表>

2024/11/21

現場 : (株) 優樹
 献立種類 : 常食(通常)
 年月日 : 2024年12月16日(月) ~ 2024年12月22日(日)

	月 16	火 17	水 18	木 19	金 20	土 21	日 22
昼食	米飯180 g 肉じゃが 青梗菜のたらこ和え 山芋とろろ 金平牛蒡 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 赤魚の南蛮漬け インゲンの浅漬け ゆかり風味 キャベツのコールスローサラダ ひじきと厚揚げの煮物 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g おでん 胡瓜のもろみ和え 春雨中華酢 ブロッコリーと貝柱のソテー 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g サゴシの西京焼き 付け合せ アスパラとエビの洋風和え 白菜のジャコ梅和え マカロニのトマト煮 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 豆腐バーグ 和風きのこソース 付け合せ 菜の花の山葵醤油和え もやしとハムの磯和え 切昆布の大豆煮 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 太刀魚のみりん焼き 付け合せ 大根の塩昆布酢 木の草のバターポン酢和え カルボナーラ風スパ 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 豚肉のオイマヨ炒め オクラの香味鮭和え 玉子豆腐 茄子のベーコンソテー 漬物(きゅうり) 黄桃缶
	エネルギー 540 kcal 蛋白質 18.0 g 脂質 8.2 g 食塩 3.5 g 炭水化物 99.6 g	エネルギー 494 kcal 蛋白質 19.4 g 脂質 10.7 g 食塩 3.7 g 炭水化物 80.5 g	エネルギー 491 kcal 蛋白質 16.7 g 脂質 7.0 g 食塩 3.5 g 炭水化物 89.5 g	エネルギー 592 kcal 蛋白質 26.7 g 脂質 13.5 g 食塩 3.9 g 炭水化物 90.5 g	エネルギー 580 kcal 蛋白質 23.4 g 脂質 14.5 g 食塩 3.7 g 炭水化物 90.8 g	エネルギー 604 kcal 蛋白質 21.6 g 脂質 18.7 g 食塩 3.7 g 炭水化物 90.7 g	エネルギー 505 kcal 蛋白質 19.8 g 脂質 11.1 g 食塩 3.2 g 炭水化物 83.0 g
	夕食	米飯180 g 鰯のムニエル 付け合せ 菜の花のスパニッシュ和え 切昆布のポン酢和え もやしと大根葉の塩炒め 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 豚肉と白菜の味噌クリーム煮 木の草のおろし茸和え 卵スパサラダ 大根のつみれ煮 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g カレイの柚子皮煮 付け合せ オクラのすり胡麻和え 茄子の酢醤油和え 大豆のツナカレー炒め 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g チキン南蛮 タルタルソース 付け合せ ハリハリ酢 南瓜サラダ 小松菜のそぼろあんかけ 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g マスの生姜煮 付け合せ 青梗菜の葱塩和え 桜焼売 牛蒡と豚肉の甘辛炒め 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g ダッカルビ インゲンの大葉和え ひじきのコンソラダ 炒り豆腐 漬物(きゅうり) 黄桃缶
エネルギー 573 kcal 蛋白質 26.9 g 脂質 19.7 g 食塩 5.0 g 炭水化物 78.1 g		エネルギー 556 kcal 蛋白質 21.2 g 脂質 13.6 g 食塩 3.7 g 炭水化物 89.7 g	エネルギー 501 kcal 蛋白質 25.2 g 脂質 6.6 g 食塩 3.5 g 炭水化物 86.6 g	エネルギー 615 kcal 蛋白質 26.9 g 脂質 18.7 g 食塩 3.7 g 炭水化物 89.1 g	エネルギー 599 kcal 蛋白質 27.3 g 脂質 12.3 g 食塩 4.1 g 炭水化物 97.0 g	エネルギー 495 kcal 蛋白質 21.9 g 脂質 8.4 g 食塩 3.7 g 炭水化物 85.2 g	エネルギー 543 kcal 蛋白質 22.7 g 脂質 8.8 g 食塩 3.7 g 炭水化物 92.6 g
エネルギー 1113 kcal 蛋白質 44.9 g 脂質 27.9 g 食塩 8.5 g 炭水化物 177.7 g		エネルギー 1050 kcal 蛋白質 40.6 g 脂質 24.3 g 食塩 7.4 g 炭水化物 170.2 g	エネルギー 992 kcal 蛋白質 41.9 g 脂質 13.6 g 食塩 7.0 g 炭水化物 176.1 g	エネルギー 1207 kcal 蛋白質 53.6 g 脂質 32.2 g 食塩 7.6 g 炭水化物 179.6 g	エネルギー 1179 kcal 蛋白質 50.7 g 脂質 26.8 g 食塩 7.8 g 炭水化物 187.8 g	エネルギー 1099 kcal 蛋白質 43.5 g 脂質 27.1 g 食塩 7.4 g 炭水化物 175.9 g	エネルギー 1048 kcal 蛋白質 42.5 g 脂質 19.9 g 食塩 6.9 g 炭水化物 175.6 g

<献立表>

2024/11/21

現場 : (株) 優樹
 献立種類 : 常食(通常)
 年月日 : 2024年12月23日(月) ~ 2024年12月29日(日)

	月 23	火 24	水 25	木 26	金 27	土 28	日 29
昼食	米飯180g 鮭フライのタルソースかけ 付け合せ 小松菜と油揚げの煮浸し 切干サラダ さつま芋のメン煮 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180g チリコンカン 青梗菜と桜エビの辛子和え 酢牛蒡 蒟蒻の煮物 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180g 鱈の野菜あんかけ キャベツのフリチ和え ひじきと厚揚げの白和え 筍の金平風炒め 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180g 野菜コロッケ 付け合せ 胡瓜の彩り浅漬け ブロッコリーの胡麻山葵和え ピーマンの豚キムチ炒め 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180g 鮭のクリームがけ 付け合せ アスパラの味噌マスタード和え 人参のラペ マカロニの和風キノコ煮 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180g 筑前煮 もやしの五目ナムル 菜の花の菜種和え 切昆布とササミの炒り煮 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180g 鰯の塩麹焼き 付け合せ 大根とワケメの酢の物 ほうれん草の白味噌和え スパゲティの鮭クリーム煮 漬物(きゅうり) 黄桃缶
	エネルギー 626 kcal 蛋白質 20.2 g 脂質 12.7 g 食塩 3.5 g 炭水化物 109.6 g	エネルギー 555 kcal 蛋白質 20.7 g 脂質 13.5 g 食塩 3.4 g 炭水化物 89.9 g	エネルギー 511 kcal 蛋白質 19.5 g 脂質 8.3 g 食塩 3.9 g 炭水化物 88.2 g	エネルギー 539 kcal 蛋白質 12.2 g 脂質 8.6 g 食塩 3.1 g 炭水化物 102.8 g	エネルギー 530 kcal 蛋白質 25.3 g 脂質 8.0 g 食塩 4.4 g 炭水化物 92.1 g	エネルギー 518 kcal 蛋白質 21.2 g 脂質 7.2 g 食塩 3.8 g 炭水化物 92.7 g	エネルギー 580 kcal 蛋白質 26.3 g 脂質 13.9 g 食塩 4.4 g 炭水化物 89.4 g
	米飯180g 青椒牛肉絲 アスパラとチーズのピーマン和え 白菜ピクルス マカロニの味噌クリーム煮 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180g カレイの海苔佃煮風味 付け合せ もやしの棒棒鶏 切昆布のさっぱり和え 菜の花のウインナー炒め 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180g ビーフストロガノフ 大根のツしそ和え シーフードスパサラダ ウレシ草バターソテー 漬物(きゅうり) 黄桃缶	栗炊き込みご飯 さごしのハニーマスタード焼き 付け合せ オクラの醤油マヨ和え 茄子のみぞれ煮浸し ニラ玉 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180g 鶏肉のカレーライス炒め 切干と水菜のデリ風サラダ 小松菜とさつま揚げの和物 里芋のツナ煮 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180g 赤魚と焼き豆腐の旨煮 牛蒡のマヨソースサラダ 白菜の洋風和え 青梗菜のカニマあんかけ 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180g 鶏肉と白菜のトトロ卵とじ インゲンと大豆のサラダ キャベツのヒジキ和え 厚揚げのフリソース炒め 漬物(きゅうり) 黄桃缶
	エネルギー 594 kcal 蛋白質 20.8 g 脂質 14.1 g 食塩 4.6 g 炭水化物 97.5 g	エネルギー 463 kcal 蛋白質 23.2 g 脂質 5.0 g 食塩 4.2 g 炭水化物 83.8 g	エネルギー 531 kcal 蛋白質 20.9 g 脂質 9.6 g 食塩 4.0 g 炭水化物 91.6 g	エネルギー 615 kcal 蛋白質 27.1 g 脂質 22.3 g 食塩 3.9 g 炭水化物 80.0 g	エネルギー 558 kcal 蛋白質 19.6 g 脂質 12.6 g 食塩 3.0 g 炭水化物 92.9 g	エネルギー 504 kcal 蛋白質 20.7 g 脂質 9.1 g 食塩 4.0 g 炭水化物 84.9 g	エネルギー 555 kcal 蛋白質 23.6 g 脂質 12.0 g 食塩 3.1 g 炭水化物 87.1 g
エネルギー 1220 kcal 蛋白質 41.0 g 脂質 26.8 g 食塩 8.1 g 炭水化物 207.1 g	エネルギー 1018 kcal 蛋白質 43.9 g 脂質 18.5 g 食塩 7.6 g 炭水化物 173.7 g	エネルギー 1042 kcal 蛋白質 40.4 g 脂質 17.9 g 食塩 7.9 g 炭水化物 179.8 g	エネルギー 1154 kcal 蛋白質 39.3 g 脂質 30.9 g 食塩 7.0 g 炭水化物 182.8 g	エネルギー 1088 kcal 蛋白質 44.9 g 脂質 20.6 g 食塩 7.4 g 炭水化物 185.0 g	エネルギー 1022 kcal 蛋白質 41.9 g 脂質 16.3 g 食塩 7.8 g 炭水化物 177.6 g	エネルギー 1135 kcal 蛋白質 49.9 g 脂質 25.9 g 食塩 7.5 g 炭水化物 176.5 g	

<献立表>

2024/11/21

現場 : (株) 優樹

献立種類 : 常食(通常)

年月日 : 2024年12月30日 (月) ~ 2025年1月5日 (日)

	月 30	火 31	水 1	木 2	金 3	土 4	日 5
昼食	米飯180 g 鶏肉の磯塩炒め 青梗菜のシヤコ和え 玉子豆腐 牛蒡の味噌炒め 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g ニラ豚 オクラのポン酢マリネ ヤムウンセン 山菜の卵とじ 漬物 (きゅうり) 黄桃缶					
	エネルギー 524 kcal 蛋白質 19.5 g 脂質 12.6 g 食塩 3.8 g 炭水化物 83.2 g	エネルギー 490 kcal 蛋白質 19.8 g 脂質 8.9 g 食塩 3.5 g 炭水化物 84.3 g					
夕食	米飯180 g 鯖の梅しそ焼き 付け合せ 菜の花のビナッツ和え もやしとパプリカのナムル 切昆布煮 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g ブリの蒲焼 付け合せ 胡瓜と切昆布の酢の物 フロッキーのツナ和え 茄子の鍋しぎ 漬物 (きゅうり) 黄桃缶					
	エネルギー 633 kcal 蛋白質 22.1 g 脂質 21.6 g 食塩 5.0 g 炭水化物 89.9 g	エネルギー 558 kcal 蛋白質 23.4 g 脂質 13.1 g 食塩 3.0 g 炭水化物 89.6 g					
	エネルギー 1157 kcal 蛋白質 41.6 g 脂質 34.2 g 食塩 8.8 g 炭水化物 173.1 g	エネルギー 1048 kcal 蛋白質 43.2 g 脂質 22.0 g 食塩 6.5 g 炭水化物 173.9 g					