



週間献立表



曜日	日	月	火	水	木	金	土
日付	6月1日	6月2日	6月3日	6月4日	6月5日	6月6日	6月7日
朝	ご飯 みそ汁 鱈の照焼き 小松菜と蒸し鶏のごまドレ和え 香の物	ご飯 お吸い物 大根とさつま揚げの味噌煮 春雨の炒め物 梅びしお	ご飯 みそ汁 高野豆腐のそぼろ炒め 里芋の煮物 ふりかけ	ご飯 コンソメスープ カニカマ入りスクランブルエッグ ポテトサラダ フルーツ 納豆	ご飯 みそ汁 かぶとハムの煮物 ほうれん草のくるみ和え しそ昆布	ご飯 みそ汁 豆腐ステーキ おろしポン酢 もやしのピーナッツ和え 金時豆	パン コンソメスープ 鶏肉のミルク煮 ブロッコリーのマヨ玉和え フルーツ 乳酸菌飲料
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
	399 18.5 7.6 62.3 2	431 9.4 7.2 80.2 2.9	473 13.6 10 80.5 1.7	447 16 19 57.4 2.5	376 9.4 5 72.9 2.1	442 10.9 8.9 77.9 1.8	506 16.6 29 46.5 2.8
昼	醤油ラーメン 白菜炒め 菜の花の粒マスタード和え シューマイ	鶏肉のスタミナ丼 みそ汁 卵の花 春巻き フルーツ	ご飯 コンソメスープ サゴシの香草焼き 白菜ソテー チーズサラダ フルーツ	ハヤシライス風 コンソメスープ カリフラワーサラダ エビカツ 杏仁フルーツ	ご飯 お吸い物 赤魚の西京焼き 昆布煮 茄子の生姜醤油 フルーツ	ご飯 お吸い物 豚肉の塩麴炒め 大根とさつまあげの煮物 蒸し鶏の梅和え 香の物	ご飯 みそ汁 肉じゃがコロッケ 茄子のベーコン炒め 小松菜のなめたけ和え 高菜炒め
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
	554 21.8 19 76.2 7.2	577 20.7 17 84.5 2.5	535 19.7 16 76 2.4	589 17.3 20 86.2 2.9	514 16.9 15 77.3 2.7	542 30.8 15 69 3.4	555 10.5 19 85.5 2.1
夕	ご飯 コンソメスープ 肉団子のクリームソース ツナと玉ねぎのサラダ 人参の明太子炒め フルーツ	ご飯 みそ汁 チンジャオロース風 かぶのかにあんかけ 切干大根のゆず風味 香の物	ご飯 みそ汁 ポークさっぱり風味 もやしサラダ 菜の花のさっと煮 香の物	ご飯 みそ汁 鶏肉の柚子こしょう焼き 豆サラダ 小松菜ソテー 香の物	ご飯 みそ汁 豚肉のピリ辛炒め かぼちゃ煮 切干大根サラダ 香の物	ご飯 中華スープ 肉団子の酢豚風 シューマイ キャベツサラダ フルーツ	ご飯 お吸い物 鰯のゆず焼き ワカメの酢味噌和え 煮物 香の物
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
	575 14.6 19 84.3 3.3	579 18.8 15 89.7 2.1	555 20.8 21 72.6 2.5	503 23.6 12 72.8 2.5	630 22.9 22 86.9 2.2	576 16.6 15 92.3 2.7	461 20.4 8.8 73.8 3.1
1 日 計							
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
	1528 54.9 45.5 222.8 12.5	1587 48.9 39 254.4 7.5	1563 54.1 46.3 229.1 6.6	1539 56.9 50.2 216.4 7.9	1520 49.2 41.6 237.1 7	1560 58.3 39.2 239.2 7.9	1522 47.5 56.1 205.8 8



週間献立表



曜日	日	月	火	水	木	金	土
日付	6月8日	6月9日	6月10日	6月11日	6月12日	6月13日	6月14日
朝	ご飯 みそ汁 小町麩の煮物 菜の花のしらす和え 三色豆	ご飯 みそ汁 肉団子のおろしあんかけ 里芋と人参の煮物 ふりかけ	ご飯 みそ汁 鶏肉のゆず風味 和風ひじきサラダ 香の物	ご飯 コンソメスープ ミートオムレツ マカロニサラダ フルーツ 納豆	ご飯 みそ汁 鶏肉と冬瓜の煮物 青菜のわさび和え 梅びしお	ご飯 みそ汁 肉じゃが 小松菜ソテー 香の物	パン コンソメスープ ハムステーキ 玉ねぎとツナのイタリアンサラダ フルーツ 乳酸菌飲料
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
	501 18.2 11 81.2 1.2	476 12.5 9.7 82.7 2.3	416 13.2 11 65.4 2.6	475 14.4 13 77.5 2.4	428 14 8.8 70.9 2.2	465 10.8 12 78.1 1.9	493 13.7 25 54.2 2.8
昼	けんちんうどん ピーマンの韓国風和え物 ひじきの炒り煮 フルーツ	ご飯 コンソメスープ マヨたまカツ ブロッコリーとウィンナーの煮物 人参サラダ フルーツ	ご飯 豚汁 ホッケの麴焼き がんも煮 蒸し鶏の辛子和え	チキンカレー コンソメスープ シーザーサラダ 野菜コロッケ 福神漬け	ご飯 みそ汁 豚肉の塩たれ炒め さつま芋のいとこ煮 ツナと玉ねぎの和え物 フルーツ	ご飯 みそ汁 鶏肉の山椒焼き 菜の花と卵の炒め物 ワカメの酢の物 三色豆	ご飯 お吸い物 鱈の味噌バター焼き 春菊の胡麻和え 高野豆腐煮 釜炊き生姜
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
	462 15.3 12 73.4 3.9	619 13.1 22 91.2 2.3	522 26.8 14 70.3 2.5	621 15.7 21 89.1 3.6	665 20.7 20 102.6 2.1	523 24.5 14 76.2 2.4	442 20 6.4 74.2 1.9
夕	ご飯 みそ汁 チキンのマスタード風味 マカロニサラダ さつま揚げの煮物 香の物	ご飯 お吸い物 サバの味噌煮 もやしそぼろ炒め 白菜と竹輪の塩昆布和え 香の物	ご飯 みそ汁 豚肉とじゃが芋のバター醤油炒め 小松菜とはんぺん和え物 茄子の煮浸し フルーツ	ご飯 みそ汁 照焼豆腐ハンバーグ 大豆煮 ブロッコリーのおかか和え 香の物	ご飯 お吸い物 赤魚の甘酢あん 肉団子みそがらめ 白菜のドレッシング和え 香の物	ご飯 みそ汁 メンチカツ ブロッコリーサラダ ごぼうの炒め物 フルーツ	ご飯 中華スープ 麻婆茄子 シューマイ 蒸し鶏のごまドレ和え 香の物
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
	616 22.3 23 78.4 2.9	513 16.9 18 67.4 2.5	584 16.6 19 87.4 2	454 17.4 7.6 78.9 1.9	466 17.4 9.6 74.3 2.5	568 15.2 18 85.7 2	590 15.2 24 76.2 3.1
1 日 計							
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
	1579 55.8 46 233 8	1608 42.5 49 241.3 7.1	1522 56.6 43.5 223.1 7.1	1550 47.5 41.6 245.5 7.9	1559 52.1 37.9 247.8 6.8	1556 50.5 42.9 240 6.3	1525 48.9 55.6 204.6 7.8



週間献立表



曜日	日	月	火	水	木	金	土
日付	6月15日	6月16日	6月17日	6月18日	6月19日	6月20日	6月21日
朝	ご飯 みそ汁 サゴシの生姜焼き 青菜炒め ふりかけ	ご飯 みそ汁 大根と竹輪の煮物 ポテトサラダ 梅びしお	ご飯 みそ汁 キャベツと豚肉の辛子醤油炒め 白菜の柚子漬け 昆布豆	ご飯 コンソメスープ フランクソテー トマトサラダ フルーツ 納豆	ご飯 みそ汁 豚肉とじゃが芋の甘辛煮 大根と水菜の和え物 鯛みそ	ご飯 みそ汁 白身魚の生姜焼き さつま芋の胡麻和え 海苔佃煮	パン コンソメスープ フィッシュソーセージ ペンネサラダ フルーツ 乳酸菌飲料
	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
	423 15.5 9.1 67.4 1.7	390 9.7 6.3 71.9 2.5	476 14.9 13 74 2	546 17 27 60.7 3.2	455 13.6 7.8 81.8 1.5	448 13.9 7.6 78.7 1.8	467 14.7 15 70.8 2.9
昼	五目そば 厚揚げの南蛮漬け 人参の炒め物 フルーツ	ご飯 みそ汁 豚肉のケチャップ炒め チンゲン菜とハムのサラダ 煮物 香の物	ご飯 みそ汁 鶏肉の香草焼き 大根とツナのサラダ 肉ニラ炒め フルーツ	ご飯 みそ汁 ハムマヨサラダフライ 小松菜の中華炒め きゅうりのさっぱり和え 高菜炒め	三色丼 みそ汁 かぶの煮物 えび団子 フルーツ	ご飯 みそ汁 肉団子と白菜の炒め物 茄子のポン酢和え 卵の花 フルーツ	ご飯 みそ汁 鶏肉の中華炒め かぶのコンソメ煮 春菊のナムル 香の物
	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
	537 23.4 19 71.3 2.4	619 23.6 25 75.5 2.5	568 24.8 18 74.7 2.6	457 9.6 13 74 2.1	552 22.3 10 94.6 3.1	623 16.7 25 83.3 2.4	477 15.7 13 72.9 2
夕	ご飯 コンソメスープ 鶏肉のクリーム煮 ピーマンのカレー炒め 白菜のサラダ 香の物	ご飯 みそ汁 かに玉&肉シューマイ 蒸し鶏の甘酢和え 炒り豆腐 フルーツ	ご飯 みそ汁 赤魚のみりん焼き 菜の花の和え物 あんかけがんも 香の物	ご飯 みそ汁 つくね大葉巻きハンバーグ 厚揚げ煮 チンゲン菜の白和え 香の物	ご飯 みそ汁 鶏肉の塩麴炒め 切昆布のそぼろ煮 ブロッコリーのマヨ和え 香の物	ご飯 中華スープ 厚揚げの海鮮あんかけ カリフラワーとカニカマのサラダ もちぶち水餃子 香の物	ご飯 みそ汁 豚肉のピーナッツ風味 里芋とイカの煮物 カレーコロッケ 金時豆
	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
	583 17.9 20 79.1 3	513 19.8 12 81.5 2.1	479 18.7 14 67.9 2.1	524 18.4 14 78.7 2.7	597 23.2 23 73.5 3.4	508 13.6 15 76.8 2.7	693 25.2 23 94.1 1.7
1 日 計							
	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
	1543 56.8 48.4 217.8 7.1	1522 53.1 42.6 228.9 7.1	1523 58.4 45.3 216.6 6.7	1527 45 54.8 213.4 8	1604 59.1 40.4 249.9 8	1579 44.2 48 238.8 6.9	1637 55.6 51.2 237.8 6.6



週間献立表



曜日	日	月	火	水	木	金	土
日付	6月22日	6月23日	6月24日	6月25日	6月26日	6月27日	6月28日
朝	ご飯 みそ汁 鯖の塩焼き いんげんのなめ苺和え 梅びしお	ご飯 みそ汁 厚揚げの炒め物 大根の枝豆あんかけ 鯛みそ	ご飯 みそ汁 豚肉とかぶの煮物 もやしと竹輪のポン酢和え しそ昆布	ご飯 コンソメスープ 肉団子のミートソース 大根のイタリアンドレッシング和え フルーツ 納豆	ご飯 みそ汁 豆腐のうま煮 春菊のしらす和え 香の物	ご飯 みそ汁 ホッケの塩焼き 小松菜のさっと煮 ふりかけ	パン コンソメスープ ジャーマンポテト 茄子のケチャップ煮 フルーツ 乳酸菌飲料
	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
	498 13.6 19 65.3 2.3	468 15 12 74.4 1.6	490 17.9 15 69.7 2.2	529 16.2 21 71.5 4.3	421 13.8 9.6 68.6 1.7	470 17.9 15 63.7 1.6	454 9.5 23 55.1 2.2
昼	たぬきうどん ひじきの炒り煮 ブロッコリーサラダ フルーツ	ご飯 みそ汁 ホッケの幽庵焼き 春雨の胡麻サラダ 南瓜のいとし煮 香の物	ご飯 みそ汁 鶏肉とブロッコリーの塩炒め 高野豆腐の玉子とし 白菜とカニカマの柑橘風味 フルーツ	ご飯 豚汁 赤魚の胡麻焼き ピーマンの土佐煮 かぶの甘酢和え	ポークカレー コンソメスープ ブロッコリーのツナ和え カニクリームコロッケ 福神漬け	ご飯 みそ汁 ハンバーグトマトソース 竹輪の和風ドレッシング和え 厚揚げ煮 香の物	ご飯 みそ汁 麻婆豆腐 もやしの炒め物 ブロッコリーサラダ 梅かつおザーサイ
	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
	415 16.2 11 67.1 2.5	536 15.5 11 91.2 2.8	585 22.6 20 76.2 1.6	447 16.7 11 69.3 1.2	618 16.4 22 89.2 3.6	558 18.4 17 82.5 3.6	564 21.9 21 70.8 3.4
夕	ご飯 みそ汁 鶏肉の西京焼き 白菜煮 甘辛肉団子 香の物	ご飯 みそ汁 鶏肉の唐揚げ 小松菜の炒め物 ツナマリネ フルーツ	ご飯 みそ汁 アジの梅肉焼き 田舎煮 キャベツの青じそ和え 香の物	ご飯 お吸い物 豚肉とキャベツの味噌炒め 菜の花の煮浸し さつまいもサラダ 香の物	ご飯 みそ汁 蒸し鶏 なるとの玉子とし 切干大根 フルーツ	ご飯 コンソメスープ 牛すじコロッケ 白菜とハムの煮物 海藻サラダ フルーツ	ご飯 みそ汁 鶏肉のにんにく醤油炒め 大根の明太子和え 彩りビーフン 香の物
	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
	613 26.8 21 76.1 3.1	533 17.6 15 80.7 1.9	478 19.3 9.1 78.3 3.9	578 17.6 21 80.5 2.5	562 23.3 16 79.2 2.2	493 9.1 12 85.6 2.6	546 19 17 77.2 1.8
1 日 計							
	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー 炭水化物 脂質 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
	1526 56.6 50.8 208.5 7.9	1537 48.1 37.8 246.3 6.3	1553 59.8 43.7 224.2 7.7	1554 50.5 52.1 221.3 8	1601 53.5 47.3 237 7.5	1521 45.4 43.8 231.8 7.8	1564 50.4 60.6 203.1 7.4