

週間献立表

		9月1日(日)	9月2日(月)	9月3日(火)	9月4日(水)	9月5日(木)	9月6日(金)	9月7日(土)
朝食	A	ポテトとベーコンの豆乳煮込み 二色和え パン 牛乳 コンソメスープ <small>177kcal</small>	ハムとちんげん菜のソテー かにかまサラダ パン 牛乳 コーンポタージュ <small>177kcal</small>	目玉焼き チンゲン菜とツナのサラダ パン 牛乳 コンソメスープ <small>177kcal</small>	魚肉ソーセージソテー 南瓜と枝豆のサラダ パン 牛乳 コンソメスープ <small>177kcal</small>	野菜コンソメ煮 ほうれん草とツナのサラダ パン 牛乳 <small>177kcal</small>	ピザトースト スパゲティサラダ デザート 牛乳 コンソメスープ <small>177kcal</small>	ツナソテー ピーナツ和え パン 牛乳 ポタージュ <small>177kcal</small>
	B	鶏肉の白菜の炒め煮 二色和え ごはん 味噌汁 牛乳 <small>177kcal</small>	厚揚げのそぼろあんかけ かにかまサラダ ごはん 牛乳 味噌汁 <small>177kcal</small>	卵しらす粥 ベーコンと野菜の炒め物 チンゲン菜とツナのサラダ 牛乳 味噌汁 <small>177kcal</small>	お麩じゃが 納豆 ごはん 牛乳 味噌汁 <small>177kcal</small>	鶏肉と根菜の煮物 ほうれん草とツナのサラダ ごはん 牛乳 味噌汁 <small>177kcal</small>	厚揚げの含め煮 スパゲティサラダ ごはん 牛乳 味噌汁 <small>177kcal</small>	明太子と大葉のお粥 高野豆腐の卵とし ピーナツ和え 牛乳 味噌汁 <small>177kcal</small>
昼食	A	松風焼つくね ひじきの煮物 大根サラダ ごはん 味噌汁 <small>177kcal</small>	豚肉のマスタードソース コールスローサラダ ピーチゼリー ごはん コンソメスープ <small>177kcal</small>	赤魚のもろみ味噌焼 生揚げの炊き合わせ オクラのとろろ和え ごはん 味噌汁 <small>177kcal</small>	彩り野菜の中華炒め えびしゅうまい 胡瓜のザーサイ和え ごはん 中華スープ <small>177kcal</small>	タンドリーチキン カリフラワーサラダ イチゴのムース ごはん コンソメスープ <small>177kcal</small>	【旬メニュー】 栗ご飯 鮭ときのこの野菜蒸し ほうれん草の和え物 旬の果物 すまし汁 	鶏むねのさっぱり野菜のせ 南瓜の香り揚げ トマトと大葉の青じそ和え ごはん 味噌汁 <small>177kcal</small>
	B	冷やしなめこそば ひじきの煮物 大根サラダ <small>177kcal</small>	シーフードピラフ コールスローサラダ ピーチゼリー コンソメスープ <small>177kcal</small>	アサリの深川風丼 生揚げの炊き合わせ オクラのとろろ和え 味噌汁 <small>177kcal</small>	みそラーメン えびしゅうまい 胡瓜のザーサイ和え <small>177kcal</small>	白身魚のリョネーズ焼き カリフラワーサラダ イチゴのムース ごはん コンソメスープ <small>177kcal</small>		ホキの煮付け 南瓜の香り揚げ トマトと大葉の青じそ和え ごはん 味噌汁 <small>177kcal</small>
おやつ		薄皮こしあんパン <small>177kcal</small>	シューアイス <small>177kcal</small>	抹茶ゼリー <small>177kcal</small>	栗まんじゅう <small>177kcal</small>	どらやき <small>177kcal</small>	黒糖まんじゅう <small>177kcal</small>	オレンジゼリー <small>177kcal</small>
夕食	A	さばの塩焼 じゃがいもの甘辛煮 ほうれん草のお浸し ごはん 味噌汁 <small>177kcal</small>	たらのパター醤油焼き いんげんときのこのソテー フルーツ ごはん オニオンスープ ねりもの <small>177kcal</small>	ハンバーグ 和風おろし 南瓜の煮物 漬物 ごはん 味噌汁 <small>177kcal</small>	鶏肉の粗挽きマスタード焼 マカロニソテー レタスサラダ ごはん コンソメスープ <small>177kcal</small>	豚肉の胡麻だれがけ ピーマンの当座煮 刻みおくらのお浸し ごはん すまし汁 <small>177kcal</small>	揚げだし豆腐あんかけ 切干大根の煮物 いんげんの胡麻マヨ和え ごはん 味噌汁 ふりかけ <small>177kcal</small>	鱈の山賊焼き 大根のかにかまあんかけ 小松菜の和え物 ごはん 味噌汁 <small>177kcal</small>
	B	牛肉のソテー じゃがいもの甘辛煮 ほうれん草のお浸し ごはん 味噌汁 <small>177kcal</small>	チキンピカタ いんげんときのこのソテー フルーツ ごはん オニオンスープ ねりもの <small>177kcal</small>	たらのお揚げ梅肉ソース 南瓜の煮物 漬物 ごはん 味噌汁 <small>177kcal</small>	サーモンのポテト焼き マカロニソテー レタスサラダ ごはん コンソメスープ <small>177kcal</small>	さばの味噌漬け焼 ピーマンの当座煮 刻みおくらのお浸し ごはん すまし汁 <small>177kcal</small>	ハンバーグおろしボン酢 切干大根の煮物 フルーツ ごはん 味噌汁 ふりかけ <small>177kcal</small>	牛肉のすき焼き風煮 大根のかにかまあんかけ 小松菜の和え物 ごはん 味噌汁 <small>177kcal</small>
日計	A	177kcal カロリ 57.1g 脂質 54.3g 食塩相 8.5g	177kcal カロリ 57.6g 脂質 33.7g 食塩相 8.1g	177kcal カロリ 57.4g 脂質 37.9g 食塩相 9.9g	177kcal カロリ 59.4g 脂質 53.8g 食塩相 9.6g	177kcal カロリ 59.4g 脂質 45.4g 食塩相 7.2g	177kcal カロリ 58.2g 脂質 42.9g 食塩相 8.8g	177kcal カロリ 65.2g 脂質 31.5g 食塩相 12.2g
日計	B	177kcal カロリ 55.7g 脂質 31.3g 食塩相 8.7g	177kcal カロリ 59.5g 脂質 44.1g 食塩相 8.6g	177kcal カロリ 63.1g 脂質 33.6g 食塩相 13.3g	177kcal カロリ 61.8g 脂質 36.4g 食塩相 7.7g	177kcal カロリ 56.6g 脂質 48.2g 食塩相 9.3g	177kcal カロリ 57.3g 脂質 37.3g 食塩相 9.4g	177kcal カロリ 65.4g 脂質 37.6g 食塩相 10.2g

都合により変更をすることがあります。ご了承ください。

週間献立表

		9月8日(日)	9月9日(月)	9月10日(火)	9月11日(水)	9月12日(木)	9月13日(金)	9月14日(土)
朝食	A	肉団子のスープ煮 大根サラダ パン 牛乳	野菜とウィンナーのコンソメ煮 マカロニサラダ パン 牛乳	鶏と南瓜のクリームシチュー 春雨サラダ パン 牛乳	ベーコンソテー カリフラワーのドレッシング和え パン 牛乳 ポタージュ	ハムとブロッコリーのソテー コーンサラダ 牛乳 デザート コンソメスープ	チキンのトマト煮 大根サラダ パン 牛乳	スクランブルエッグ ポテトサラダ パン 牛乳
	B	肉団子の野菜あんかけ 大根サラダ ごはん 味噌汁 牛乳	ふんわり真薯の煮物 大根サラダ ごはん 牛乳 味噌汁	チーズリゾット スクランブルエッグ 春雨サラダ 牛乳 味噌汁	鶏肉とじゃがいもの煮物 納豆 ごはん 牛乳 味噌汁	ほっけの塩焼き コーンサラダ ごはん 牛乳 味噌汁	五目しんじょの煮物 大根サラダ ごはん 牛乳 味噌汁	さつまいも粥 ツナと野菜の炒め物 ポテトサラダ 牛乳 味噌汁
昼食	A	ミックスフライ いんげんの味噌炒め 香の物 ごはん 味噌汁	たらのチリソース 水餃子 ザーサイ和え 中華スープ	チキンのガーリックペッパー焼き いんげんとベーコンのソテー ぶどうゼリー ごはん コンソメスープ	あさりの卵とじ なすの田楽 香の物 ごはん すまし汁	メバルの甘辛煮 ごぼうの味噌炒め 胡瓜と蒸し鶏のわさび和え すまし汁	【秋の丼メニュー】 温玉豚丼 焼なす ほうれん草のお浸し さつまい	豚肉の焼肉風炒め れんこんの炒め煮 香の物 ごはん 味噌汁
	B	さばの塩焼き いんげんの味噌炒め 香の物 ごはん 味噌汁	五目チャーハン 水餃子 ザーサイ和え 中華スープ	きのこクリームスパゲティ いんげんとベーコンのソテー ぶどうゼリー コンソメスープ	三色丼 なすの田楽 香の物 すまし汁	ツナとトマトのぶっかけそうめん(冷) ごぼうの味噌炒め 胡瓜と蒸し鶏のわさび和え		たらの唐揚げ甘酢あんかけ れんこんの炒め煮 香の物 ごはん 味噌汁
おやつ		白玉きなこ 11/11	塩まんじゅう 11/11	パウムクーヘン 11/11	ワッフル 11/11	チョコパン 11/11	ストロベリーゼリー 11/11	もみじまんじゅう 11/11
夕食	A	鶏肉と根菜の甘酢あんかけ さつまいもの甘煮 なめ茸和え ごはん 味噌汁	豚肉のソテー オニオンソース ちくわの煮物 フルーツ ごはん 味噌汁	赤魚の酒蒸し 野菜餡 がんもどきの煮物 キャベツの和え物 ごはん 味噌汁	鶏肉の塩麹焼 厚揚げの煮物 春雨の酢の物 ごはん 味噌汁	鶏肉の味噌マヨネーズ焼き もやしとにらの塩ごま炒め チンゲン菜の辛子和え ゆかりご飯 味噌汁	あじの幽庵焼 じゃがいものそぼろ煮 フルーツ ごはん 味噌汁	鮭の葱味噌焼 にら玉炒め 中華サラダ ごはん 中華スープ
	B	豚肉と彩り野菜のごま風味炒め さつまいもの甘煮 なめ茸和え ごはん 味噌汁	えびの柳川風 ちくわの煮物 フルーツ ごはん 味噌汁	牛肉の甘辛炒め がんもどきの煮物 キャベツの和え物 ごはん 味噌汁	かわいい竜田焼 厚揚げの煮物 春雨の酢の物 ごはん 味噌汁	さわらの菜種焼き もやしとにらの塩ごま炒め チンゲン菜の辛子和え ゆかりご飯 味噌汁	豚キムチ炒め じゃがいものそぼろ煮 フルーツ ごはん 味噌汁	麻婆豆腐 にら玉炒め 中華サラダ ごはん 中華スープ
日計	A	11/140kcal カロリ 58.5g 脂質 48.0g 食塩相 10.4g	11/1596kcal カロリ 62.9g 脂質 42.9g 食塩相 10.6g	11/1600kcal カロリ 61.8g 脂質 48.4g 食塩相 10.8g	11/1643kcal カロリ 60.1g 脂質 59.4g 食塩相 9.6g	11/1496kcal カロリ 62.7g 脂質 42.9g 食塩相 9.8g	11/1640kcal カロリ 67.7g 脂質 53.4g 食塩相 8.6g	11/1490kcal カロリ 62.2g 脂質 42.1g 食塩相 9.0g
日計	B	11/1629kcal カロリ 59.1g 脂質 44.0g 食塩相 9.9g	11/1589kcal カロリ 53.0g 脂質 40.0g 食塩相 11.5g	11/1811kcal カロリ 55.5g 脂質 66.6g 食塩相 10.6g	11/1733kcal カロリ 68.7g 脂質 56.2g 食塩相 7.8g	11/1351kcal カロリ 56.9g 脂質 34.9g 食塩相 10.7g	11/1702kcal カロリ 62.5g 脂質 55.0g 食塩相 10.5g	11/1522kcal カロリ 55.3g 脂質 38.6g 食塩相 8.9g

都合により変更をすることがあります。ご了承ください。

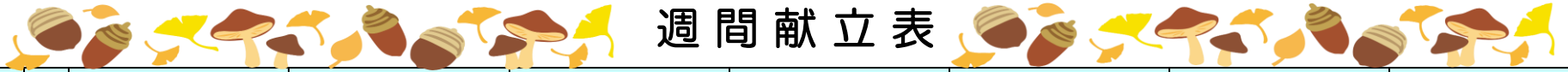


週間献立表



		9月15日(日)	9月16日(月)	9月17日(火)	9月18日(水)	9月19日(木)	9月20日(金)	9月21日(土)
朝食	A	ミートボールのコンソメ煮 ほうれん草の和え物 パン 牛乳	野菜とウインナーのトマト煮 カリフラワーのサラダ パン 牛乳	目玉焼き ポテトサラダ パン 牛乳 ポタージュ	ロールキャベツのポトフ ブロッコリーのサラダ パン 牛乳	オムレツ 大根とツナのサラダ パン 牛乳 コンソメスープ	スクランブルトースト コールスロー デザート 牛乳 コーンポタージュ	海老と野菜の炒め物 スパゲティサラダ パン 牛乳 コンソメスープ
	B	肉団子の煮物 ほうれん草の和え物 ごはん 味噌汁 牛乳	じゃがいものそぼろ煮 カリフラワーのサラダ ごはん 牛乳 味噌汁	蟹雑炊 肉野菜炒め ポテトサラダ 牛乳 味噌汁	さつまいもと鶏肉の煮物 納豆 ごはん 牛乳 味噌汁	はんぺんの磯辺焼き 大根とツナのサラダ ごはん 牛乳 味噌汁	五目炒り卵 コールスロー ごはん 牛乳 味噌汁	梅かつお粥 鯖の塩焼き スパゲティサラダ 牛乳 味噌汁
昼食	A	牛肉のしぐれ煮 大根金平 白菜のお浸し ごはん すまし汁	【敬老の日献立】 赤飯 鮭の照り焼き 里芋の煮物 栗ようかん 豚汁	メンチカツ 菜の花のガーリック炒め 香の物 ごはん 味噌汁	豚肉のカレー炒め 冬瓜のおかか煮 いんげんの和え物 ごはん 味噌汁	カレイのムニエル サラダ アップルゼリー ごはん コンソメスープ	サバの塩焼き 炊き合わせ 香の物 ごはん 味噌汁	ホキの中華風あんかけ 三色ピーマンの炒め 大根の梅肉和え ごはん すまし汁
	B	月見うどん 大根金平 白菜のお浸し		さばの煮付け 菜の花のガーリック炒め 香の物 ごはん 味噌汁	かきあげそば 冬瓜のおかか煮 いんげんの和え物	トマトハヤシライス サラダ アップルゼリー コンソメスープ	鶏肉のわさび醤油焼 炊き合わせ 香の物 味噌汁	白菜と豚ひき肉のあんかけ 三色ピーマンの炒め 大根の梅肉和え ごはん 味噌汁
おやつ		オレンジゼリー	人形焼き	チョコッッセ	ミニアンパン	エクレア	マスカットゼリー	杏仁豆腐
夕食	A	豚肉の味噌炒め 南瓜の含め煮 小松菜のポン酢和え ごはん 味噌汁	ほきの生姜煮 五目しんじょの炊き合わせ フルーツ ごはん 味噌汁 ねりもの	豚しゃぶおろしポン酢 ちくわの磯辺揚げ 大根サラダ ごはん すまし汁	海老のチリソース ビーフン炒め チンゲン菜の中華和え ごはん 中華スープ	豚肉とごぼうの煮込み 高野豆腐の含め煮 もやしとさつま揚げの辛子和え ごはん 味噌汁	鱈の味噌マヨネーズ焼き なすの煮浸し フルーツ わかめご飯 すまし汁	筑前煮 卵豆腐 小松菜のゆず浸し ごはん 味噌汁
	B	タラの竜田揚げ 南瓜の含め煮 小松菜のポン酢和え ごはん 味噌汁	鶏肉の山椒焼 五目しんじょの炊き合わせ フルーツ ごはん 味噌汁 ねりもの	豆腐の野菜あんかけ ちくわの磯辺揚げ 大根サラダ ごはん すまし汁	棒々鶏 ビーフン炒め チンゲン菜の中華和え ごはん 中華スープ	アジフライ 高野豆腐の含め煮 もやしとさつま揚げの辛子和え ごはん 味噌汁	ゆで豚のポン酢ソース なすの煮浸し フルーツ わかめご飯 すまし汁	ほっけの塩焼き 卵豆腐 小松菜のゆず浸し ごはん 味噌汁
日計	A	1人分 -1483kcal カロリ 57.2g 脂質 39.8g 食塩相 7.7g	1人分 -1511kcal カロリ 62.3g 脂質 29.7g 食塩相 9.9g	1人分 -1641kcal カロリ 58.4g 脂質 53.9g 食塩相 10.2g	1人分 -1482kcal カロリ 58.0g 脂質 35.4g 食塩相 9.4g	1人分 -1489kcal カロリ 65.6g 脂質 39.3g 食塩相 8.8g	1人分 -1709kcal カロリ 58.4g 脂質 67.0g 食塩相 9.1g	1人分 -1460kcal カロリ 61.5g 脂質 37.2g 食塩相 9.2g
日計	B	1人分 -1425kcal カロリ 49.1g 脂質 23.6g 食塩相 10.2g	1人分 -1661kcal カロリ 63.5g 脂質 35.1g 食塩相 9.0g	1人分 -1718kcal カロリ 67.0g 脂質 57.0g 食塩相 9.8g	1人分 -1608kcal カロリ 67.0g 脂質 33.5g 食塩相 9.1g	1人分 -1588kcal カロリ 50.1g 脂質 45.7g 食塩相 9.5g	1人分 -1567kcal カロリ 60.4g 脂質 45.0g 食塩相 8.9g	1人分 -1501kcal カロリ 63.6g 脂質 40.2g 食塩相 9.6g

都合により変更をすることがあります。ご了承ください。



週間献立表

		9月22日(日)	9月23日(月)	9月24日(火)	9月25日(水)	9月26日(木)	9月27日(金)	9月28日(土)
朝食	A	ウインナーソーテー 白菜のコールスロー パン 牛乳 コンソメスープ <small>1人分 395kcal</small>	ポークビーンズ コーンサラダ パン 牛乳 <small>1人分 452kcal</small>	目玉焼き ポテトサラダ パン 牛乳 ポタージュ <small>1人分 496kcal</small>	白菜のクリーム煮 ツナのサラダ パン 牛乳 コンソメスープ <small>1人分 444kcal</small>	ツナトースト スパゲティサラダ デザート 牛乳 コンソメスープ <small>1人分 555kcal</small>	鶏つみれのスープ煮 大根サラダ パン 牛乳 <small>1人分 425kcal</small>	海老と野菜のソーテー コールスローサラダ パン 牛乳 パンブキンポターージュ <small>1人分 447kcal</small>
	B	豚肉と玉ねぎの炒め物 白菜のコールスロー ごはん 味噌汁 牛乳 <small>1人分 435kcal</small>	ほうれん草と卵のソーテー コーンサラダ ごはん 牛乳 味噌汁 <small>1人分 456kcal</small>	かぶと高菜のお粥 はんぺんの煮物 ポテトサラダ 牛乳 味噌汁 <small>1人分 456kcal</small>	車麩の煮物 納豆 ごはん 牛乳 味噌汁 <small>1人分 501kcal</small>	厚揚げのそぼろあんかけ スパゲティサラダ ごはん 牛乳 味噌汁 <small>1人分 435kcal</small>	高野豆腐の卵とじ 大根サラダ ごはん 牛乳 味噌汁 <small>1人分 456kcal</small>	梅かつお粥 がんもの煮物 コールスローサラダ 牛乳 味噌汁 <small>1人分 480kcal</small>
昼食	A	サバの梅風味焼き 大根金平 アップルゼリー ごはん 具沢山味噌汁 <small>1人分 385kcal</small>	大根と豚肉のこってり煮 じゃがいものバター醤油焼き 香の物 ごはん 味噌汁 <small>1人分 399kcal</small>	回鍋肉 中華風海藻サラダ ナムル ごはん 中華スープ <small>1人分 529kcal</small>	カレイの煮付け 切干大根の煮物 香の物 ごはん 味噌汁 <small>1人分 419kcal</small>	牛肉コロッケ ごぼうの山椒炒め キャベツのワサビ和え ごはん 味噌汁 <small>1人分 543kcal</small>	【お楽しみメニュー】 トルコライス サラダ ブドウのムース コンソメスープ 	鱈の唐揚げ油淋ソース さつま芋の煮物 香の物 ごはん わかめスープ <small>1人分 502kcal</small>
	B	親子丼 大根金平 アップルゼリー 具沢山味噌汁 <small>1人分 385kcal</small>	しらす入り和風パスタ じゃがいものバター醤油焼き 香の物 味噌汁 <small>1人分 489kcal</small>	担々麺 中華風海藻サラダ ナムル <small>1人分 516kcal</small>	かき揚げ丼 切干大根の煮物 香の物 味噌汁 <small>1人分 450kcal</small>	高菜チャーハン ごぼうの山椒炒め キャベツのワサビ和え ごはん 味噌汁 <small>1人分 432kcal</small>		海鮮チャーハン さつま芋の煮物 香の物 わかめスープ <small>1人分 417kcal</small>
おやつ		まごころすいーつ <small>1人分 140kcal</small>	ピーチゼリー <small>1人分 65kcal</small>	きなこ饅頭 <small>1人分 66kcal</small>	ワッフル <small>1人分 82kcal</small>	水ようかん <small>1人分 114kcal</small>	薄皮ピーナッツパン <small>1人分 112kcal</small>	ストロベリーゼリー <small>1人分 65kcal</small>
夕食	A	鯖の山椒焼き 南瓜の煮物 いんげんのおかか和え ごはん 味噌汁 <small>1人分 464kcal</small>	ポークピカタ 小松菜としめじのソーテー フルーツ ごはん コンソメスープ <small>1人分 517kcal</small>	豆腐ハンバーグ さつま揚げとひじきの煮物 ほうれん草ともやしのごま和え ごはん 味噌汁 ふりかけ <small>1人分 489kcal</small>	タラのムニエルマスタードクリームソース 野菜ソーテー 豆サラダ ごはん コンソメスープ <small>1人分 447kcal</small>	豚肉のごま漬焼 ピーマンともやしの炒め物 春菊の磯和え ごはん すまし汁 <small>1人分 476kcal</small>	鶏肉の照り焼き 里芋の煮ころがし フルーツ ごはん かき玉汁 佃煮 <small>1人分 520kcal</small>	がめ煮 温奴 チンゲン菜のゆず浸し ごはん 味噌汁 <small>1人分 472kcal</small>
	B	鶏むねとブロッコリーの塩炒め 南瓜の煮物 いんげんのおかか和え ごはん 味噌汁 <small>1人分 499kcal</small>	ホキのムニエル 小松菜としめじのソーテー フルーツ ごはん コンソメスープ <small>1人分 416kcal</small>	さけの照り焼き さつま揚げとひじきの煮物 ほうれん草ともやしのごま和え ごはん 味噌汁 ふりかけ <small>1人分 490kcal</small>	鶏肉のトマトチーズ焼き 野菜ソーテー 豆サラダ ごはん コンソメスープ <small>1人分 553kcal</small>	タラの幽庵焼き ピーマンともやしの炒め物 春菊の磯和え ごはん すまし汁 <small>1人分 370kcal</small>	ホキのみぞれ南蛮 里芋の煮ころがし フルーツ ごはん かき玉汁 佃煮 <small>1人分 560kcal</small>	牛肉のすき焼き風煮 大根の海老あんかけ 小松菜の和え物 ごはん 味噌汁 <small>1人分 565kcal</small>
日計	A	1人分 1618kcal カロリ 58.4g 脂質 48.3g 食塩相 10.4g	1人分 1543kcal カロリ 62.2g 脂質 47.5g 食塩相 6.7g	1人分 1580kcal カロリ 60.6g 脂質 46.5g 食塩相 12.2g	1人分 1392kcal カロリ 61.3g 脂質 32.0g 食塩相 11.6g	1人分 1690kcal カロリ 54.9g 脂質 54.9g 食塩相 8.9g	1人分 1587kcal カロリ 55.0g 脂質 41.8g 食塩相 9.1g	1人分 1486kcal カロリ 57.0g 脂質 37.7g 食塩相 9.1g
日計	B	1人分 1687kcal カロリ 65.7g 脂質 42.8g 食塩相 9.6g	1人分 1456kcal カロリ 58.5g 脂質 31.9g 食塩相 10.0g	1人分 1528kcal カロリ 63.5g 脂質 33.2g 食塩相 12.1g	1人分 1586kcal カロリ 53.6g 脂質 41.0g 食塩相 8.7g	1人分 1551kcal カロリ 59.1g 脂質 38.9g 食塩相 9.9g	1人分 1658kcal カロリ 57.7g 脂質 40.7g 食塩相 11.0g	1人分 1557kcal カロリ 53.7g 脂質 48.2g 食塩相 10.7g

都合により変更をすることがあります。ご了承ください。