

2月 週間献立表



曜日	日付						土 2月1日
朝						大根のそぼろあん きのコンテ- きゅうりのなめたけ和え フルーツ 香の物 ご飯	
昼						豚肉の生姜焼き マカロニサラダ 竹輪天 白菜の煮浸し 香の物 ご飯	
おやつ						マンゴープリン サーモンフライ なすの肉味噌あん ハムと玉ねぎのマリネ もやしのナムル 香の物 ご飯	
1日計						エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g) 1520 39.7 45.8 231.8 6.6	

※表示してあります栄養価は主食を含んだ栄養価計算になっております。(施設により主食はお持ちしていませんので、予めご了承ください)

	エネルギー(kcal)	タンパク質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	塩分(g)
ご飯150g	252	3.8	0.5	55.7	0
食パン(8枚切り)2枚	238	8.4	4	42	1.2
ロールパン(30g)2ヶ	190	6.1	5.4	29.2	0.7

2月 週間献立表



曜日	日	月	火	水	木	金	土	
日付	2月2日	2月3日	2月4日	2月5日	2月6日	2月7日	2月8日	
朝	ジャーマンポテト コールスローサラダ インゲンの胡麻和え フルーツ 香の物 ご飯	ハムステーキ 煮物 小松菜の辛子和え 花型さつま揚げ 香の物 ご飯	甘辛肉団子 ツナポテト 白菜の煮浸し うぐいす豆 香の物 ご飯	豆腐ハンバーグ 柚子あん 切干大根のそぼろ炒め ブロccoliの胡麻和え フルーツ 香の物 ご飯	野菜炒め ひじきサラダ たまねぎ棒 フルーツ 香の物 ご飯	筑前煮 ハムステーキ 小松菜のなめたけ和え 揚げボール 香の物 ご飯	肉じゃが 白菜のサラダ ツナと人参の炒め物 焼売 香の物 ご飯	
	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
昼	のり塩チキンカツ ハンバーグ もやしのソテー 青梗菜の中華和え 香の物 ご飯	根菜つくね 柚子香る白菜サラダ 卵の花 オムレツ 香の物 ご飯	鰹の野菜甘酢あん/花天 高菜パスタ 竹輪の磯辺揚げ クワイの粒マスタード和え 香の物 ご飯	チキンカレー イタリアンサラダ カニクリームコロッケ フルーツ 福神漬	赤魚の生姜焼き キャベツサラダ 水餃子 大学芋 香の物 ご飯	かつ煮 ツイストマカロニサラダ つきこんのピリ辛炒め 青梗菜のごま和え 香の物 ご飯	豆腐ハンバーグ 生姜あん 焼きビーフン ひじき煮 オムレツ 香の物 ご飯	
	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
おやつ	ココナッツサブレ	栗饅頭&チーズクラッカー	シャインマスカットゼリー	チョコレートパイ&ソフトサラダ	黒棒&えびせん	白桃ゼリー	ソフトエクレア	
夕	豚肉の中華旨煮 ブロccoliソース キャベツのカニカマ和え えび入り団子 香の物 ご飯	メンチカツ 五目切干大根 きゅうりと蒸し鶏の酢の物 コーン焼売 香の物 ご飯	豚肉と厚揚げの味噌炒め 春巻き 高野豆腐煮 ウインナーソーセージ 香の物 ご飯	メバルの照り焼き ツナの玉子炒め かぼちゃ煮 えび入り団子 香の物 ご飯	牛肉コロッケ 大根の青じそサラダ 高野豆腐煮 三色豆 香の物 ご飯	ポークチャップ もやしと高菜の炒めもの 花型さつま揚げ ポテトサラダ 香の物 ご飯	鶏の唐揚げ あさりと大根の時雨煮 青菜のソテー えび入り団子 香の物 ご飯	
	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)
1日計	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)

*表示してあります栄養価は主食を含んだ栄養価計算になっております。(施設により主食はお持ちしていませんので、予めご了承ください)

	エネルギー(kcal)	タンパク質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	塩分(g)
ご飯150g	252	3.8	0.5	55.7	0
食パン(8枚切り)2枚	238	8.4	4	42	1.2
ロールパン(30g)2ヶ	190	6.1	5.4	29.2	0.7



2月 週間献立表



曜日	日	月	火	水	木	金	土
日付	2月9日	2月10日	2月11日	2月12日	2月13日	2月14日	2月15日
朝	スクランブルエッグ マカロニサラダ ビーンズトマト フルーツ 香の物 ご飯	てりやきハンバーグ きのこソテー あさりの佃煮 フルーツ 香の物 ご飯	オムレツ ミートソース 大根のカニカマあん ブロッコリーの胡麻和え フルーツ 香の物 ご飯	豆腐ステーキ野菜あんかけ コールスローサラダ 炒り玉子 うぐいす豆 香の物 ご飯	田舎煮 なすの肉味噌あん インゲンソテー フルーツ 香の物 ご飯	ツナポテト フレンチサラダ がんも煮 フルーツ 香の物 ご飯	鱈の葱味噌焼き 五目卵の花 もやしのソテー フルーツ 香の物 ご飯
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	408 12.1 6.8 72.9 2.1	413 10.3 5.3 78.4 2.1	493 10.1 13.3 80.8 1.2	452 11.9 10.1 76.5 2	414 9.9 6.3 79.9 1.8	392 15 4.7 69.8 1.8
昼	ハムポテトサラダフライ 大根サラダ 人参のしりしり クワイの小エビ炒め 香の物 ご飯	豚肉と木耳の玉子炒め／春巻き 中華春雨 青菜のナムル コーン焼売 香の物 ご飯	梅しそチキンカツ ほうれん草平焼き 切干大根のゆず風味 さつま芋のレモンあん 香の物 ご飯	タラの西京焼き 肉じゃが 甘辛バーグ 茄子の生姜醤油 香の物 ご飯	黒酢鶏 竹輪煮 ポテトサラダ かに風味焼売 香の物 ご飯	ハートのハンバーグ クラムチャウダー 小松菜のピーナッツ和え ショコラブチケーキ 香の物 ご飯	海老かつ タルタルソース キャベツサラダ 青菜の胡麻和え さつま芋のレモンあん 香の物 ご飯
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	495 13.6 13 79.4 2.4	512 13.1 11.1 88.5 2.3	466 18.5 7.4 77.7 2.3	564 15.1 15.5 88.4 2.5	523 15.3 11.4 87.3 2.4	571 12.2 15.5 94.9 2.3
おやつ	カスタードプリン	小倉羊羹&ポテトフライ	デミケーキ	どら焼き&チーズクラッカー	メープルクリームワッフル	チョコみるつく&ハッピーターン	みかんゼリー
夕	鱈の香味ソース 青梗菜とカニカマの和え物 茄子の南蛮漬け 水餃子 香の物 ご飯	エビカツ 田舎煮 菜の花のピーナッツ和え 金時豆 香の物 ご飯	肉団子のトマトソース 和風パンネ 青菜のソテー オムレツ 香の物 ご飯	ひれかつ 昆布煮 蒸し鶏ときゅうりのなめたけ和え うぐいす豆 香の物 ご飯	絹厚揚げのそぼろあん／生姜餃子 チャプチェ チンゲン菜のナムル 玉ねぎボール 香の物 ご飯	チキンの香草パン粉焼き ひじきサラダ コーンソテー ウインナーソーセージ 香の物 ご飯	ハヤシライス ポテトとベーコンのコンソメ煮 大豆の炒り煮 フルーツ 香の物 ご飯
	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	481 12.8 7.6 88.6 1.9	489 15.9 8.6 84.1 3.1	541 15.3 14.4 85.4 2.4	427 9.3 7.5 77.6 1.8	459 13.6 11.6 72.8 1.9	827 18 19.4 141.1 3.3
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)	1384 38.5 27.4 240.9 6.4	1414 39.3 25 251 7.5	1500 43.9 35.1 243.9 5.9	1443 36.3 33.1 242.5 6.3	1396 38.8 29.3 240 6.1	1790 45.2 39.6 305.8 7.4

*表示してあります栄養価は主食を含んだ栄養価計算になっております。(施設により主食はお持ちしておりませんので、予めご了承ください)

	エネルギー(kcal)	たんぱく質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	塩分(g)
ご飯150g	252	3.8	0.5	55.7	0
食パン(8枚切り)2枚	238	8.4	4	42	1.2
ロールパン(30g)2ヶ	190	6.1	5.4	29.2	0.7



2月 週間献立表



曜日	日	月	火	水	木	金	土																											
日付	2月16日	2月17日	2月18日	2月19日	2月20日	2月21日	2月22日																											
朝	肉団子のデミソース ツイストマカロニサラダ 茄子の生姜醤油 フルーツ 香の物 ご飯	豆腐ステーキ野菜あんかけ キャベツのイタリアンドレッシング ポテトサラダ フルーツ 香の物 ご飯	ハムステーキ/オムレツ 蓮根金平 かに風味焼売 ブロッコリーマヨ和え 香の物 ご飯	鶏の照焼き キャベツとウインナーのコンソメ煮 甘辛肉団子 フルーツ 香の物 ご飯	豚肉と野菜のゆず塩炒め 大根サラダ 小松菜ソテー うぐいす豆 香の物 ご飯	スクランブルエッグ マカロニサラダ 白菜のおかか和え 三色豆 香の物 ご飯	大根のそぼろあん 炊き合わせ ポテトサラダ フルーツ 香の物 ご飯																											
	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)																										
564	15	16.8	84.9	2.8	497	8.1	16.8	75.9	1	512	11	15.2	81.2	2.3	458	14.4	9	77.8	2.2	402	8.5	8.5	71.5	1.2	524	15.2	11.8	87.7	1.7	428	9.9	7.8	77.3	1.9
昼	オムレツ ミートソース 野菜炒め パンブキンサラダ ウインナー 香の物 ご飯	メバルの山椒照り焼き 菜の花の辛し和えコロッケ あさりと大根の時雨煮 三色豆 香の物 ご飯	味噌カツ 白菜の中華サラダ 厚焼き玉子 かぼちゃ煮 香の物 ご飯	厚揚げのすき煮 春巻き ポテトサラダ 焼売 香の物 ご飯	ハンバーグデミグラスソース カクテルサラダ チンゲン菜ソテー フライドポテト 香の物 ご飯	鯖の塩焼き じゃが芋のそぼろあん 高野豆腐煮 ブロッコリーのバターソテー 香の物 ご飯	酢豚/生姜揚げ餃子 シルバーサラダ 小松菜の煮浸し 浅利の佃煮 香の物 ご飯																											
	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)																										
497	12.1	14.6	76.3	2.4	499	17.7	9.5	90.1	2.6	581	15.8	17.7	87	2.6	555	12.6	18	83.6	2.1	537	13.8	20.1	75.2	2	540	17.2	16.7	77.7	2.4	451	12.8	6.1	83.7	2.5
おやつ	ソフトシュークリーム	バウムクーヘン&ウエハース	黒棒&ポテトフライ	マンゴープリン	チョコレートパイ&ソフトサラダ	栗饅頭&えびせん	カスタードプリン																											
夕	のり塩チキンカツ 炒り豆腐 インゲンのカニカマ和え えび入り団子 香の物 ご飯	油淋鶏 マカロニサラダ ツキコン金平 大学芋 香の物 ご飯	ポークチャップ 炊き合わせ 小松菜のピーナッツ和え 金時豆 香の物 ご飯	ほっけのピリ辛焼き ブロッコリーサラダ 高野豆腐煮 スクランブルエッグ 香の物 ご飯	ハムポテトサラダフライ 南瓜のいとこ煮 クワイの粒マスタード和え 玉ねぎボール 香の物 ご飯	ポークさっぱり炒め 焼きビーフン もやしのナムル 花型さつま 香の物 ご飯	中華うま煮 春巻き インゲンの胡麻和え コーン焼売 香の物 ご飯																											
	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)																										
505	18.5	11.5	80.5	2.4	583	14.6	15.5	93.5	2	550	14.5	17.7	82.1	2.4	469	16.9	13.3	68.5	2.1	505	11	9.8	91.2	1.8	528	14.2	20	72.2	2.1	547	12.4	19.6	79.3	2.1
1日計	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)																										
1566	45.6	42.9	241.7	7.6	1579	40.4	41.8	259.5	5.6	1643	41.3	50.6	250.3	7.3	1482	43.9	40.3	229.9	6.4	1444	33.3	38.4	237.9	5	1592	46.6	48.5	237.6	6.2	1426	35.1	33.5	240.3	6.5

*表示してあります栄養価は主食を含んだ栄養価計算になっております。(施設により主食はお持ちしていませんので、予めご了承ください)

	エネルギー(kcal)	タンパク質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	塩分(g)
ご飯150g	252	3.8	0.5	55.7	0
食パン(8枚切り)2枚	238	8.4	4	42	1.2
ロールパン(30g)2枚	190	6.1	5.4	29.2	0.7



週間献立表



曜日	日	月	火	水	木	金	
日付	2月23日	2月24日	2月25日	2月26日	2月27日	2月28日	
朝	ハムステーキ キャベツのツナサラダ ひじきの炒り煮 フルーツ 香の物 ご飯	ミートボールチャップ 韓国風サラダ 花型さつま揚げ フルーツ 香の物 ご飯	厚揚げきのこソース 蓮根金平 ウインナー 大豆煮 香の物 ご飯	田舎煮 なすの肉味噌あん 人参ナポリタン フルーツ 香の物 ご飯	赤魚の生姜焼き フレンチサラダ がんも煮 フルーツ 香の物 ご飯	肉じゃが きのこソテー オムレツ 焼売 香の物 ご飯	
	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	
昼	チキンステーキおろしソース／竹輪天 白菜サラダ 大豆の煮物 かぼちゃ煮 香の物 ご飯	ロースとんかつ 高菜スパゲティ がんもと人参の煮物 オムレツ 香の物 ご飯	ハヤシライス マカロニサラダ 切干大根の中華和え フルーツ 香の物	肉じゃがコロッケ 柚子香る白菜サラダ たまねぎ棒 もやしのソテー 香の物 ご飯	鶏のから揚げ チャプチェ ほうれん草平焼き 菜の花の煮浸し 香の物 ご飯	白身魚の香味ソース 大根の青じそサラダ ミニハンバーグ 青のりポテト 香の物 ご飯	
	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	
おやつ	デミケーキ	ココナッツサブレ	ソフトエクレア	小倉羊羹&ハッピーターン	シャインマスカットゼリー	バウムクーヘン&チーズクラッカー	
夕	筑前煮 ブロccoliソース 蒸し鶏ときゅうりの梅和え 揚げボール 香の物 ご飯	ヤンニョムチキン 春雨の胡麻マヨサラダ つきこんのピリ辛炒め 茄子の生姜醤油 香の物 ご飯	海老かつ 蒸し鶏と白菜の梅和え 小松菜のおかか和え ポテトサラダ 香の物 ご飯	豆腐ステーキ 五目卵の花 インゲンソテー 揚げボール 香の物 ご飯	木須肉(ムースロー) 韓国風サラダ カレーコロッケ フルーツ 香の物 ご飯	ひれかつ ひじきと竹輪の煮物 チンゲン菜の炒め物 えび入り団子 香の物 ご飯	
	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	
1日計	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	エネルギー-タンパク質 脂質 炭水化物 塩分 (kcal) (g) (g) (g) (g)	

*表示してあります栄養価は主食を含んだ栄養価計算になっております。(施設により主食はお持ちしておりませんので、予めご了承ください)

	エネルギー(kcal)	タンパク質(g)	脂質(g)	炭水化物(g)	塩分(g)
ご飯150g	252	3.8	0.5	55.7	0
食パン(8枚切り)2枚	238	8.4	4	42	1.2
ロールパン(30g)2ヶ	190	6.1	5.4	29.2	0.7