

週間献立表(カロリー1600kcal管理食)

	コープいしかわ													
	7月15日(月)	7月	16日(火	()	7月	17日(水	()	7月	18日(オ	7)	7月	19日(金	<u> </u>
	品名	アレルゲン	品名	<u>名</u>	アレルゲン	品名	Ż	アレルゲン	品ź	名	アレルゲン	品ź	呂	アレルゲン
	★ごはん150g えび団子とかぶの煮物	麦	★ごはん15 豚肉と野菜の 鶏肉の青じ 法蓮草と切干 ★味噌汁(揚)・	0g)生姜炒め そ南蛮 のおひたし	麦	★ごはん15 鶏肉のすき 青菜と高野豆 コンニャクの ★味噌汁(揚げ	0g 焼煮 ፲腐の煮物 D辛味炒め		★ごはん15 大豆の洋風 竹輪のごま 中華キャベ ★味噌汁(揚	0g 五目煮 炒め ツ	乳麦 麦 麦	★ごはん15 ミートイン 蒸し鶏とザーサ コンニャクの ★すまし汁(若莉	0g オムレツ ィの香味春雨 あおさ炒め	麦か 麦
朝食	おかず エネルギー 198kcal たんぱく質 13.3g 脂質 6.3g 炭水化物 23.3g ナトリウム 811mg 食塩相当量 2.1g	18. 7g 7. 3g 78. 4g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	おかず 194kcal 12.1g 10.2g 12.9g 722mg	18.0g 11.8g 67.8g 948mg	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	おかず 143kcal 10.8g 6.1g 12.0g 567mg 1.4g	16.8g 7.7g 67.1g 796mg	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	6.7g 19.2g 672mg	16.7g 8.3g 74.2g 899mg	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	12.7g 569mg	ご飯セット 364kcal 11.0g 4.6g 67.8g 736mg 1.9g
昼食	★ごはん150g 豚ロースの玉ねぎソース 白菜と挽肉の旨煮 麩の野菜あんかけ ★味噌汁(巻麩・しめじ)	麦麦麦麦	★ごはん15 鶏肉のマーマ 菜の花 油揚げの玉 春雨の中華 ★味噌汁(ひじき	0g ?レード煮 子とじ 和え ・・キャベツ)	麦 卵麦 卵乳麦	★ごはん15 サワラマンソ 服肉とじゃが 根菜の柚子 ★すまし汁(材	Og し煮 テー 芋の昆布煮 マリネ (茸・豆腐)	麦 卵乳麦 麦	★ごはん15 えび団子の キャベツと豚肉 白菜と麩の ★すまし汁(えの)	0g 炊き合せ gの味噌炒め 玉子とじ ************************************	卵麦え 麦 卵麦 麦	★ごはん15 ブリま塩キと別カリフラワー ★味噌汁(豆腐	0g 醤油焼 ベツ 豚肉の揚煮 のピクルス ま・なめこ)	麦麦か麦
	おかず エネルギー 213kcal たんぱく質 14.1g 脂質 11.2g 炭水化物 11.6g ナトリウム 649mg 食塩相当量 1.7g ◎牛乳180g	19.8g 12.1g 67.3g 875mg	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量 ◎牛乳180g		18.5g 11.7g 73.1g 914mg 2.3g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量 ◎牛乳180g		19.2g 11.3g 74.5g 1046mg	エネルギー たんぱく質		18.7g 10.5g 70.9g 967mg	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量 ◎牛乳180g	14.0g 17.2g 540mg 1.4g	ご飯セット 521kcal 21.3g 15.0g 72.2g 768mg 2.0g
印艮	 ◎グレープフルーツ2 ★ごはん150g ひじきと野菜の豆腐寄せ和風あん ピーマンのおかか和え 和風ポトフィカと若芽の和え物 ★すまし汁(えのき・おつゆ麩) 	乳麦 乳麦 麦	●りんご15★ごはん15ホッケの機 オニオンソ 豚肉とじゃが キャベッと鶏肉の ★味噌汁(巻麦	0g 辺焼 テー 芋の昆布煮 ^{甘酢生姜和え}	乳麦 麦 麦	◎オレンジ ★ごはん15 豚肉のおお 中華うま煮 高菜と大根 ★味噌汁(巻変	0g み焼風 の煮物	卵乳麦か 麦	◎オレンジ ★ごはん15 鶏のマススソ ひとくちが 食べるトマ ★味噌汁(ひじき	Og ード焼き テー んも煮 トスープ	乳麦 麦	◎グレープ★ごはん15豚肉とコロコロ野菜ブロッコリ炒り豆腐★味噌汁(巻数	0g _{のチーズソー} ス 一の煮物	乳麦 麦 卵乳麦
夕食	おかず エネルギー 206kcal たんぱく質 11.7g 脂質 8.9g 炭水化物 20.6g ナトリウム 72.0g	16.9g 9.6g 75.5g 919mg	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム	14.8g 9.8g 13.7g 701mg	466kcal 20. 4g 10. 7g 69. 2g 927mg	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム	13.5g 12.5g 16.2g 767mg	500kcal 19.1g 13.4g 71.7g 993mg	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム	15.0g 13.5g 10.0g 573mg	483kcal 20.1g 14.3g 64.9g 802mg	たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム	17.8g 14.0g 15.3g 689mg	523kcal 23.5g 14.9g 71.4g 916mg
	たんぱく質 39.1g 脂質 26.4g 炭水化物 55.5g ナトリウム 2232mg 食塩相当量 5.8g	55.4g 29.0g 221.2g 2833mg 7.1g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	40.3g 30.9g 44.8g 2108mg 5.3g	ご飯セット 1411kcal 56.9g 34.2g 210.1g 2789mg 7.1g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	2.0g おかず 620kcal 38.4g 29.1g 48.3g 2232mg 5.7g	ご飯セット 1404kcal 55.1g 32.4g 213.3g 2835mg 7.2g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量		55.5g 33.1g 210.0g 2668mg 6.8g	食塩相当量 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	おかず 628kcal 39.5g 31.9g 45.2g 1798mg 4.6g	2.3g ご飯セット 1408kcal 55.8g 34.5g 211.4g 2420mg 6.2g
計(間食込)	エネルギー 814kcal たんぱく質 46.8g 脂質 33.4g 炭水化物 83.3g ナトリウム 2308mg 食塩相当量 6.0g 立は予告無く変更する	63.1g 36.0g 249.0g 2909mg 7.3g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	834kcal 46.4g 38.0g 76.7g 2182mg 5.5g	63.0g 41.3g 242.0g 2863mg	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	819kcal 46.3g 36.1g 76.5g 2308mg 5.9g	63.0g 39.4g 241.5g 2911mg 7.4g	炭水化物 ナトリウム 食塩相当量	47.3g 37.0g 73.4g 2141mg 5.5g	63.4g 40.1g 238.2g 2744mg 7.0g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム 食塩相当量 病者用食品	38.9g 73.0g 1874mg 4.8g	1605kcal 63.5g 41.5g 239.2g 2496mg 6.4g

※商品はチルド品なので喫食日まで冷蔵庫に入れて保管ください。

※お召上がりについて、商品は消費期限内にお召上がりください。

※「◎」は間食になります。間食はメニューを参考にして各家庭で御用意ください。

※本品は消費者庁許可の特別用途食品(病者用食品)ではありません。 ※食事療法としてご利用する場合は事前に主治医にご相談ください。 ※おかずのみの組合員様は★印のものは各家庭にて御用意ください。

お食事の作り方



①惣菜は全てチルドで 真空包装されています。 ②ご利用までは冷蔵庫にて 保管します。

③温かく召上がるメニュー は湯煎で温めます。又は お皿に移してから、ラップ をして電子レンジを かけます



④冷たく召上がるメニューはそのまま開封して盛付けます。





⑤ごはん、味噌汁と共に 器に盛り付けして 完了です。 注)味噌汁はつきません

- ●湯煎は水の状態から惣菜のパックを入れて 火をかけます。沸騰したら火を止めて 5~10分程度保温して下さい。
- ●簡単な付け合わせを付けますと、よりきれいに 盛付ける事が出来ます。



週間献立表(カロリー1440kcal管理食)

		プ いしかわ								7日10日(士)			7.010.0 (4)		
	7月	15日(月)	7月	16日(少	<u>()</u>	7月	17日(オ	()	7月	18日(オ	<u> </u>	7月	19日(金	``)
			1									1			T .
	品名		アレルゲン	品名		アレルゲン			アレルゲン			アレルゲン			アレルゲン
	★ごはん12	0g		★ごはん12	0g		★ごはん12	20g		★ごはん12	0g		★ごはん12	20g	
	えび団子とか	ぶの煮物	卵麦え	豚肉と野菜σ)生姜炒め	麦	鶏肉のすき	焼煮	麦	大豆の洋風	五目煮	乳麦	ミートイン	オムレツ	卵麦
	大豆と椎茸			鶏肉の青じ		麦	青菜と高野豆			竹輪のごま		麦	蒸し鶏とザーサ		
	さつま揚の	休噌炒め	丱友洛	法蓮草と切干	のおひたし	麦	コンニャクの	り羊味炒め	乳麦洛	中華キャベ	9	麦	コンニャクの	めおさ炒め	友
古口															
朝		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット	1	おかず	ご飯セット
食	エネルギー			エネルギー	194kcal	387kcal	エネルギー	143kcal		エネルギー	181kcal		エネルギー	108kcal	301kcal
									L						
	たんぱく質	13.3g		たんぱく質	12.1g		たんぱく質	10.8g		たんぱく質		14. 2g	たんぱく質		9. 1g
	脂質	6.3g	6.8g	脂質	10. 2g	10.7g	脂質	6.1g	6.6g	脂質	6.7g	7. 2g	脂質	3.9g	4. 4g
	炭水化物	23. 3g	65. 2g	炭水化物	12. 9g	54.8g	炭水化物	12. 0g	53.9g	炭水化物	19. 2g	61.1g	炭水化物	12. 7g	54.6g
	ナトリウム	811mg		ナトリウム	722mg		ナトリウム	567mg		ナトリウム	672mg		ナトリウム		570mg
	食塩相当量			食塩相当量			食塩相当量			食塩相当量			食塩相当量		1. 4g
			Z. 1g			1. 0g			1.4g 			1.7g			1.4g
	★ごはん12		l	★ごはん12		l	★ごはん12		l_	★ごはん12		l	★ごはん12		l
	豚ロースの玉		麦	鶏肉のマーマ	アレード煮	麦	サワラの蒸		麦	えび団子の			ブリのごま		麦
	白菜と挽肉	の旨煮	麦	菜の花			ピーマンソ	テー	卵乳麦	キャベツと豚肉	同の味噌炒め	麦	うま塩キャ	ベツ	麦か
	麩の野菜あ	んかけ	麦	油揚げの玉	子とじ	卵麦	豚肉とじゃが	芋の昆布煮	麦	白菜と麩の	玉子とじ	卵麦	さつま芋と服		麦
				春雨の中華			根菜の柚子		-		-		カリフラワー		
				1 1 1 1 2 2 1 1	1470	31762	以来の加丁	\					,,,,,,	0,2,,,,,	
昼食]		
		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット
	エネルギー	213kcal	406kcal	エネルギー	229kcal	422kcal	エネルギー	239kcal	432kcal	エネルギー	209kcal	402kcal	エネルギー	261kcal	454kcal
	たんぱく質	14. 1g		たんぱく質	13. 4g		たんぱく質	14. 1g	17. 4g	たんぱく質			たんぱく質		19. 2g
	脂質	11. 2g		脂質	10. 9g		脂質	10. 5g	11. 0g	脂質	9. 8g	10. 3g	脂質	14. 0g	14. 5g
															14. Jg
	炭水化物	11.6g		炭水化物	18. 2g		炭水化物	20.1g		炭水化物	16.0g		炭水化物	17. 2g	59.1g
	ナトリウム	649mg		ナトリウム	685mg		ナトリウム			ナトリウム			ナトリウム		541mg
	食塩相当量	1. 7g	1.7g	食塩相当量	1.7g	1.7g	食塩相当量	0 0~	2.3g	食塩相当量	2. 1g	2.1g	소누ゎッ므	1.4g	1. 4g
	及塩ヤコ里	1. / g	1.7g	及塩ヤコ里	I 1.7g	1.7g	艮塩阳コ里	2. 3g	1 2.0g	及地口主	Z. Ig	Z. 18	食塩相当量	1.4g	1.4g
BB &	②牛乳180g					1.7g	<u>艮塩性ヨ里</u> ◎牛乳180g			◎牛乳180g		Z. 1g	艮塩伯ヨ里 ◎牛乳180g		1.4g
間食	◎牛乳180g			◎牛乳180g		1.7g	◎牛乳180g	5		◎牛乳180g			◎牛乳180g	5	
間食	◎牛乳180g ◎グレープ	フルーツ2		◎牛乳180g ◎りんご15	0g	1 1.7g	◎牛乳180g ◎オレンジ	5 200g		◎牛乳180g ◎オレンジ	200g	Z. Ig	◎牛乳180g ◎グレープ	· プルーツ2	
間食	◎牛乳180g◎グレープ★ごはん12g	フルーツ2 0g	200g	◎牛乳180g ◎りんご15 ★ごはん12	0g 0g		◎牛乳180g ◎オレンジ ★ごはん12	200g 20g	l	◎牛乳180g ◎オレンジ ★ごはん12	200g 0g		◎牛乳180g ◎グレープ ★ごはん12	、 プルーツ2 !0g	200g
間食	◎牛乳180g ◎グレープ ★ごはん12 ひじきと野菜の豆原	フルーツ2 0g g寄せ和風あん	200g	◎牛乳180g ◎りんご15 ★ごはん12 ホッケの磯	0g 0g 辺焼	麦	○牛乳180g○オレンジ★ごはん12豚肉のお好	5 200g 0g み焼風	麦	○牛乳180g○オレンジ★ごはん12鶏のマスタ	200g 0g 一ド焼き	麦	○牛乳180g○グレープ★ごはん12 ^{KR とコロコロ野菜}	プ レーツ2 0g のチーズソース	200g 乳麦
間食	○牛乳180g○グレープ★ごはん12gひじきと野菜の豆原ピーマンのお	フルーツ2 0g g寄せ和風あん	200g 乳麦	◎牛乳180g◎りんご15★ごはん12ホッケの磯オニオンソ	0g 0g 辺焼 テー	麦乳麦	◎牛乳180g◎オレンジ★ごはん12豚肉のお好中華うま煮	200g 200g Og み焼風	麦 卵乳麦か	◎牛乳180g◎オレンジ★ごはん12鶏のマスタミックスソ	200g 0g ード焼き テー	麦乳麦	◎牛乳180g ◎グレープ ★ごはん12 ^{豚肉とコロコロ野菜} ブロッコリ	プ レーツ2 0g のチーズソース	200g 乳麦 麦
間食	○牛乳180g○グレープ★ごはん12gひじきと野菜の豆原ピーマンのま和風ポトフ	フルーツ2 0g ^{寓寄せ和風あん} ふかか和え	200g 乳麦 乳麦	◎牛乳180g ◎りんご15 ★ごはん12 ホッケの磯	0g 0g 辺焼 テー	麦乳麦	○牛乳180g○オレンジ★ごはん12豚肉のお好	200g 200g Og み焼風	麦	◎牛乳180g◎オレンジ★ごはん12鶏のマスタミックスが	200g 0g ード焼き テー んも煮	麦乳麦麦	○牛乳180g○グレープ★ごはん12 ^{KR とコロコロ野菜}	プ レーツ2 0g のチーズソース	200g 乳麦
間食	○牛乳180g○グレープ★ごはん12gひじきと野菜の豆原ピーマンのお	フルーツ2 0g ^{寓寄せ和風あん} ふかか和え	200g 乳麦 乳麦	◎牛乳180g◎りんご15★ごはん12ホッケの磯オニオンソ	0g 0g 辺焼 テー 芋の昆布煮	麦乳麦麦	◎牛乳180g◎オレンジ★ごはん12豚肉のお好中華うま煮	200g 200g Og み焼風	麦 卵乳麦か	◎牛乳180g◎オレンジ★ごはん12鶏のマスタミックスソ	200g 0g ード焼き テー んも煮	麦乳麦麦	◎牛乳180g ◎グレープ ★ごはん12 ^{豚肉とコロコロ野菜} ブロッコリ	プ レーツ2 0g のチーズソース	200g 乳麦 麦
間食	○牛乳180g○グレープ★ごはん12gひじきと野菜の豆原ピーマンのま和風ポトフ	フルーツ2 0g ^{寓寄せ和風あん} ふかか和え	200g 乳麦 乳麦	◎牛乳180g◎りんご15★ごはん12ホッケの磯 オニオンソ 豚肉とじゃが	0g 0g 辺焼 テー 芋の昆布煮	麦乳麦麦	◎牛乳180g◎オレンジ★ごはん12豚肉のお好中華うま煮	200g 200g Og み焼風	麦 卵乳麦か	◎牛乳180g◎オレンジ★ごはん12鶏のマスタミックスが	200g 0g ード焼き テー んも煮	麦乳麦麦	◎牛乳180g ◎グレープ ★ごはん12 ^{豚肉とコロコロ野菜} ブロッコリ	プ レーツ2 0g のチーズソース	200g 乳麦 麦
间良	○牛乳180g○グレープ★ごはん12gひじきと野菜の豆原ピーマンのま和風ポトフ	フルーツ2 0g ^{寓寄せ和風あん} ふかか和え	200g 乳麦 乳麦	◎牛乳180g◎りんご15★ごはん12ホッケの磯 オニオンソ 豚肉とじゃが	0g 0g 辺焼 テー 芋の昆布煮	麦乳麦麦	◎牛乳180g◎オレンジ★ごはん12豚肉のお好中華うま煮	200g 200g Og み焼風	麦 卵乳麦か	◎牛乳180g◎オレンジ★ごはん12鶏のマスタミックスが	200g 0g ード焼き テー んも煮	麦乳麦麦	◎牛乳180g ◎グレープ ★ごはん12 ^{豚肉とコロコロ野菜} ブロッコリ	プ レーツ2 0g のチーズソース	200g 乳麦 麦
日長	○牛乳180g○グレープ★ごはん12gひじきと野菜の豆原ピーマンのま和風ポトフ	フルーツ2 0g ^{寓寄せ和風あん} ふかか和え	200g 乳麦 乳麦	◎牛乳180g◎りんご15★ごはん12ホッケの磯 オニオンソ 豚肉とじゃが	0g 0g 辺焼 テー 芋の昆布煮	麦乳麦麦	◎牛乳180g◎オレンジ★ごはん12豚肉のお好中華うま煮	200g 200g Og み焼風	麦 卵乳麦か	◎牛乳180g◎オレンジ★ごはん12鶏のマスタミックスが	200g 0g ード焼き テー んも煮	麦乳麦麦	◎牛乳180g ◎グレープ ★ごはん12 ^{豚肉とコロコロ野菜} ブロッコリ	プ レーツ2 0g のチーズソース	200g 乳麦 麦
间良	○牛乳180g○グレープ★ごはん12gひじきと野菜の豆原ピーマンのま和風ポトフ	フルーツ2 0g _{第寄せ和風あん} かか和え の和え物	200g 乳麦 乳麦 麦	◎牛乳180g◎りんご15★ごはん12ホッケの磯 オニオンソ 豚肉とじゃが	Og Og 辺焼 テー 芋の昆布煮 ^{甘酢生姜和え}	麦乳麦麦麦麦	◎牛乳180g◎オレンジ★ごはん12豚肉のお好中華うま煮	200g 200g 0g み焼風 の煮物	麦 卵乳麦か 麦	◎牛乳180g◎オレンジ★ごはん12鶏のマスタミックスが	200g 0g ード焼き テー んも煮 トスープ	麦乳麦乳麦乳麦	◎牛乳180g◎グレープ★ごはん12g塚内とコロコロ野菜ブロッコリ炒り豆腐	プレーツ2 0g のチーズソース 一の煮物	200g 乳麦 麦 卵乳麦
日長	◎牛乳180g ◎グレープ ★ごはん12 ひにきと野菜の豆原 ピーマンのお 和風ポトフ イカと若芽	フルーツ2 0g gg gg hall ab ん いか和え の和え物	200g 乳麦 乳麦 ご飯セット	◎牛乳180g ◎りんご15 ★ごはん12 ホッケの磯 オニオンソ 豚肉とじゃが キャベッと鶏肉の	Og Og 辺焼 テー 芋の昆布煮 甘酢生姜和え	麦乳麦麦麦	◎牛乳180g◎オレンジ★ごはん12豚肉のお好中華うまれ高菜と大根	200g 200g のg み焼風 の煮物	麦卵乳麦か麦	◎牛乳180g ◎オレンジ ★ごはん12 鶏のマスタ ミックスソ ひとくちが 食べるトマ	200g 0g ード焼き テー んも煮 トスープ	麦乳麦乳麦乳麦乳麦	◎牛乳180g ◎ゲレープ ★ごはん12g ボロッコリック 炒り豆腐	プルーツ2 20g パのチーズソース 一の煮物	200g 乳麦 麦 卵乳麦 がパシャル
日長	◎牛乳180g ◎グレープ ★ごはん12 ひにきと野菜の豆居 ピーマンのお 和風ポトフ イカと若芽	フルーツ2 0g sstallabん かか和え の和え物 おかず 206kcal	200g 乳麦 乳麦 変 ご飯セット 399kcal	◎牛乳180g ◎りんご15 ★ごはん12 ホッケの磯オニオンソ 豚肉とじゃがキャベッと鶏肉の エネルギー	Og Og 辺焼 テー 芋の昆布煮 甘酢生姜和え おかず 204kcal	麦 乳麦 麦 麦 ご飯セット 397kcal	◎牛乳180g◎オレンジ★ごはん12豚肉のまま店菜と大根エネルギー	200g 200g の み焼風 の煮物 おかず 238kcal	麦 卵乳麦か 麦 ご飯セット 431kcal	◎牛乳180g◎オルンジ★ごはん12鶏のクくちトン食エネルギー	200g 0g ード焼き テー んも煮 トスープ おかず 227kcal	麦 乳麦 乳麦 乳麦 1ご飯セット 420kcal	 ◎牛乳180g ◎グレープ ★ごはん12g 豚肉とコロコロ野菜 ブロッコリ炒り豆腐 	フルーツ2 20g のチーズソース 一の煮物 おかず 259kcal	200g 乳麦 麦 卵乳麦 ・ が 1 2 5 6 7 8 7 8 7 8 7 8 8 7 8 8 9 8 9 9 9 8 9 9 9 9
日長	◎牛乳180g ◎グレープ ★ごはん12 ひにきと野菜の豆居 ピーマンのお 和風と若芽 エネルギー たんぱく質	フルーツ2 0g gg gg h l l l l l l l l l l l l l l l l	200g 乳麦 乳麦 変 ご飯セット 399kcal	◎牛乳180g ◎りんご15 ★ごはん12 ホッケの磯 オニオンソ 豚肉とじゃが キャベッと鶏肉の	0g 0g 辺焼 テー 芋の昆布煮 甘酢生姜和え おかず 204kcal 14.8g	麦 乳麦 麦 麦 ご飯セット 397kcal	◎牛乳180g◎オレンジ★ごはん12豚肉のお好中華うまれ高菜と大根	200g 200g のg み焼風 の煮物	麦 卵乳麦か 麦 ご飯セット 431kcal	◎牛乳180g ◎オレンジ ★ごはん12 鶏のマスタ ミックスソ ひとくちが 食べるトマ	200g 0g ード焼き テー んも煮 トスープ 227kcal 15.0g	麦 乳麦 乳麦 乳麦 1ご飯セット 420kcal	◎牛乳180g◎グレープ★ごはん12g豚肉とコロコロ野菜ブロッコリ炒り豆腐	フルーツ2 20g のチーズソース 一の煮物 おかず 259kcal	200g 乳麦 麦 卵乳麦 452kcal 21.1g
日長	◎牛乳180g ◎グレープ ★ごはん12 ひにきと野菜の豆居 ピーマンのお 和風と若芽 エネルギー たんぱく質	フルーツ2 0g gg gg h l l l l l l l l l l l l l l l l	200g 乳麦 乳麦 399kcal 15.0g	◎牛乳180g ◎りんご15 ★ごはん12 ホッケの磯 オニオンソ 豚肉とじゃが キャベッと鶏肉の エネルギー たんぱく質	0g 0g 辺焼 テー 芋の昆布煮 甘酢生姜和え おかず 204kcal 14.8g	麦 乳麦 麦 <u>ご飯セット</u> 397kcal 18.1g	◎牛乳180g◎オレンジ★ごはん12豚肉・草と大根エネルギーたんぱく質	200g 200g の か焼風 の煮物 おかず 238kcal 13.5g	麦 卵乳麦か 麦 ご飯セット 431kcal 16.8g	◎牛乳180g◎オレンジ★ごマん12鶏のクちなく食べるトマエネルぱく質しているエネルぱく質している	200g 0g ード焼き テー んも煮 トスープ 227kcal 15.0g	麦 乳麦 乳麦 乳麦 120kcal 18.3g	 ◎牛乳180g ◎グレープ ★ごはん12g 豚肉とコロコロ野菜 ブリリ豆腐 エネルギーたんぱく質	フルーツ2 20g のチーズソース 一の煮物 259kcal	200g 乳麦 麦 卵乳麦 452kcal 21.1g
日長	◎牛乳180g ◎グレープ ★ごはん12 ひにきと野菜の豆服 ピーマンのお 和風と若芽 エネルばく 脂質	フルーツ2 0g gg gg h l l l l l l l l l l l l l l l l	200g 乳麦 乳麦 399kcal 15.0g 9.4g	 ◎牛乳180g ◎りんご15 ★ごはん12 ホッケの磯オニオンリス 豚肉とじゃがキャベッと鶏肉の エネルギー たんぱく質脂質 	0g 0g 辺焼 テー 芋の昆布煮 甘酢生姜和え おかず 204kcal 14.8g - 8g	麦 乳麦 麦 麦 397kcal 18.1g 10.3g	◎牛乳180g◎オレンジ★ごはん12豚肉のままと大根エネルばく脂質	200g 20g み焼風 み焼風 の煮物 238kcal 13.5g 12.5g	麦 卵乳麦か 麦 ご飯セット 431kcal 16.8g 13.0g	◎牛乳180g◎オレン・※ごマル12鶏ックくちトマーグボルばくボルばく脂質	200g Og ード焼き テー んも煮 トスープ おかず 227kcal 15.0g 13.5g	麦 乳麦 乳麦 乳麦 1420kcal 18.3g 14.0g	 ○牛乳180g ○ゲレープ ★ごはん12g ★ボーリッコリック ボールばく 指質 	フルーツ2 20g のチーズソース 一の煮物 259kcal 17.8g 14.0g	200g 乳麦 麦 卵乳麦 ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・ ・
夕食	 ○ 牛乳180g ○ グレキュー・ ○ グレル 12 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	フルーツ2 0g gg gg h l l l l l l l l l l l l l l l l	200g 乳麦 乳麦 399kcal 15.0g 9.4g 62.5g	 ◎牛乳180g ◎りんご15 ★ごはん12 ホッオニンがのみとじゃ キャベッと鶏肉の エネルギー 上んぱく 炭水化物 	0g 0g 辺焼 テー 芋の昆布煮 甘酢生姜和え 204kcal 14.8g - 0.8g	麦 乳麦 麦 397kcal 18.1g 10.3g 55.6g	◎牛乳180g◎オレム12豚肉華と大根エネルぱくエネルばくボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボック<!--</td--><td>200g 20g み焼風 み煮物 238kcal 13.5g 12.5g 16.2g</td><td>麦 卵乳麦か 麦 ご飯セット 431kcal 16.8g 13.0g 58.1g</td><td>◎牛乳180g◎オンル12鶏ッとべるエネルばエネルばボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボック</td><td>200g 0g ード焼き テー んも煮 トスープ 227kcal - 15 0g - 13 5g</td><td>麦 乳麦 乳麦 120kcal 18.3g 14.0g 51.9g</td><td> ○牛乳180g ○ゲレん12 ★ごはん12 豚肉とコロコロ野菜 ブリリ豆腐 エネルばく 上た質 水物 </td><td>フルーツ2 20g のチーズソース 一の煮物 259kcal 17.8g 14.0g</td><td>200g 乳麦 麦 卵乳麦 1452kcal 21.1g 14.5g 57.2g</td>	200g 20g み焼風 み煮物 238kcal 13.5g 12.5g 16.2g	麦 卵乳麦か 麦 ご飯セット 431kcal 16.8g 13.0g 58.1g	◎牛乳180g◎オンル12鶏ッとべるエネルばエネルばボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボックボック	200g 0g ード焼き テー んも煮 トスープ 227kcal - 15 0g - 13 5g	麦 乳麦 乳麦 120kcal 18.3g 14.0g 51.9g	 ○牛乳180g ○ゲレん12 ★ごはん12 豚肉とコロコロ野菜 ブリリ豆腐 エネルばく 上た質 水物 	フルーツ2 20g のチーズソース 一の煮物 259kcal 17.8g 14.0g	200g 乳麦 麦 卵乳麦 1452kcal 21.1g 14.5g 57.2g
夕食	 ○ 牛乳180g ○ グレは 12 という という という という という という という という という という	フルーツ2 0g gg gg h l l l l l l l l l l l l l l l l	乳麦 乳麦 変をかり 399kcal 15 0g 9 4g 62 5g 773mg	 ○牛乳180g ○りはん12 ホッナニンがのよりであるという。 エネルばりのは、 エネルばりのは、 ボッとりますのができます。 エネルばりのよう。 エネルはりのよう。 エネルはりのよう。 エネルリウム 	0g 0g 辺焼 テー 芋の昆布煮 甘酢生姜和え 204kcal 14.8g - 9.8g - 13.7g - 701mg	麦 乳麦 麦 ご飯セット 397kcal 18.1g 10.3g 	○牛乳180g○オレイ○オレム12豚内華菜とよりボー質ボー質ボー質ボーリム	200g 200g の か焼風 の煮物 238kcal 13.5g 12.5g 16.2g 767mg	麦 卵乳麦か 麦 ご飯セット 431kcal 16.8g 13.0g 58.1g	○牛乳180g○オポースス○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オポース○オ	200g 0g ード焼き テー んも煮 トスープ 227kcal 15.0g 13.5g -10.0g -573mg	麦 乳麦 乳麦 120kcal 18.3g 14.0g 51.9g 574mg	 ○ 牛乳180g ○ ゲレん12 ★ ボーコロ野県 ブリリ豆腐 エネルば 木一質 木リウム 	フルーツ2 20g のチーズソース 一の煮物 259kcal 17.8g 14.0g 15.3g 689mg	200g 乳麦 麦 卵乳麦 1452kcal 21.1g 14.5g 57.2g 690mg
夕食	 ○ 牛乳180g ○ グレキュー・ ○ グレル 12 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	フルーツ2 0g gg gg h l l l l l l l l l l l l l l l l	200g 乳麦 乳麦 399kcal 15.0g 9.4g 62.5g 773mg 2.0g	 ◎牛乳180g ◎りんご15 ★ごはん12 ホッオニンがのみとじゃ キャベッと鶏肉の エネルギー 上んぱく 炭水化物 	0g 0g 辺焼 テー 芋の昆布煮 甘酢生姜和え 14.8g 9.8g 13.7g 701mg 1.8g	麦 乳麦 麦 麦 397kcal 18.1g 10.3g 55.6g 702mg	◎牛乳180g◎オンは12豚中菜水のする水のする水のする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする水のでする<!--</td--><td>200g 20g み焼風 み焼風 の煮物 238kcal 13.5g 12.5g 16.2g 767mg 2.0g</td><td>麦 卵乳麦か 麦 ご飯セット 431kcal 16.8g 13.0g 58.1g 768mg 2.0g</td><td>○牛乳180g○牛乳180g○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○</td><td>200g 0g ード焼き テー んも煮 トスープ 227kcal 15.0g 13.5g 10.0g 573mg 1.5g</td><td>麦 乳麦 表 乳麦 14.0g 14.0g 51.9g 574mg 1.5g</td><td> ○牛乳180g ○ゲレん12 ★ボーロロ野業 ブリリ豆腐 エたん質 木・ルポート ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・</td><td>フルーツ2 20g のチーズソース 一の煮物 259kcal 17.8g 14.0g 15.3g 689mg 1.8g</td><td>200g 乳麦 麦 卵乳麦 1452kcal 21.1g 14.5g 57.2g 690mg 1.8g</td>	200g 20g み焼風 み焼風 の煮物 238kcal 13.5g 12.5g 16.2g 767mg 2.0g	麦 卵乳麦か 麦 ご飯セット 431kcal 16.8g 13.0g 58.1g 768mg 2.0g	○牛乳180g○牛乳180g○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○オプロス○	200g 0g ード焼き テー んも煮 トスープ 227kcal 15.0g 13.5g 10.0g 573mg 1.5g	麦 乳麦 表 乳麦 14.0g 14.0g 51.9g 574mg 1.5g	 ○牛乳180g ○ゲレん12 ★ボーロロ野業 ブリリ豆腐 エたん質 木・ルポート ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	フルーツ2 20g のチーズソース 一の煮物 259kcal 17.8g 14.0g 15.3g 689mg 1.8g	200g 乳麦 麦 卵乳麦 1452kcal 21.1g 14.5g 57.2g 690mg 1.8g
夕食	◎ 牛乳180g ◎ グロル12 ップはいまする ピースカイイ ・ボールは ・ボーン ・ボーン ・ボーン ・ボーン ・ボーン ・ボーン ・ボーン ・ボーン	フルーツ2 Og 電音世和風あん おかか和え の和え物 おかず 206kcal 11.7g 8.9g 20.6g 772mg 2.0g おかず	200g 乳麦 乳麦 399kcal 15.0g 9.4g 62.5g 773mg 2.0g	 ○牛乳180g ○りはん12 ホッオニとじ場内の エネルばく エネルばく 近大トリウム 食塩 	0g 0g 辺焼 テー 芋の昆布煮 甘酢生姜和え 204kcal 14.8g 9.8g 13.7g 701mg 1.8g	麦 乳麦 麦 - ご飯セット 397kcal 18.1g 10.3g 55.6g 702mg 1.8g	◎牛乳180g◎オレム12豚内華とエネルばエネルば北リウ当上りカー質カー質カー質カー質カー質カー質カー質カー質カー質カー質カー質カー質カー質カー質カー質カー質カー質カー質カー質カー質カー質カーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーで<	200g 200g の の か焼風 の 煮物 238kcal 13.5g 12.5g 16.2g 767mg 2.0g	麦 卵乳麦か 麦 ご飯セット 431kcal 16.8g 13.0g 58.1g 768mg 2.0g ご飯セット	 ○牛乳180g ○オピーリー ○オピーリー ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	200g 0g ード焼き テー んも煮 トスープ 227kcal 15.0g 13.5g 10.0g 573mg 1.5g おかず	麦 乳麦 表 乳麦 14.0g 14.0g 51.9g 574mg 1.5g	 ○牛乳180g ○ゲレん12 ★ボーロの ボーリック エネルば ボーリック 大上 大上 大上 大上 大上 大上 大上 大上 	フルーツ2 20g のチーズソース 一の煮物 259kcal 17.8g 14.0g 15.3g 689mg 1.8g	200g 乳麦 麦 卵乳麦 452kcal 21.1g 14.5g 57.2g 690mg 1.8g
夕食	 ○ 牛乳180g ○ グレは 12 という という という という という という という という という という	フルーツ2 Og 電音世和風あん おかか和え の和え物 おかず 206kcal 11.7g 8.9g 20.6g 772mg 2.0g おかず	200g 乳麦 乳麦 399kcal 15.0g 9.4g 62.5g 773mg 2.0g	 ○牛乳180g ○りはん12 ホッナニンがのよりであるという。 エネルばりのは、 エネルばりのは、 ボッとりますのができます。 エネルばりのよう。 エネルはりのよう。 エネルはりのよう。 エネルリウム 	0g 0g 辺焼 テー 芋の昆布煮 甘酢生姜和え 14.8g 9.8g 13.7g 701mg 1.8g	麦 乳麦 麦 麦 397kcal 18.1g 10.3g 55.6g 702mg 1.8g ご飯セット	◎牛乳180g◎オンは12豚中菜水内のうまた水内のうまた水のでは水のでは水のではボー質ボーリーボーリーボールボーボールボーボールボーボールボーエネルギーエネルギー	200g 200g の か焼風 の煮物 238kcal 13.5g 12.5g 16.2g 767mg 2.0g	麦 卵乳麦か 麦 ご飯セット 431kcal 16.8g 13.0g 58.1g 768mg 2.0g ご飯セット 1199kcal	 ○牛乳180g ○オプロス ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	200g 0g ード焼き テー んも煮 トスープ 227kcal 15.0g 13.5g 10.0g 573mg 1.5g	麦 乳麦 表 乳麦 14.0g 14.0g 51.9g 574mg 1.5g	 ○牛乳180g ○ゲレん12 ★ボーロロ野業 ブリリ豆腐 エたん質 木・ルポート ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	フルーツ2 20g のチーズソース 一の煮物 259kcal 17.8g 14.0g 15.3g 689mg 1.8g	200g 乳麦 麦 卵乳麦 452kcal 21.1g 14.5g 57.2g 690mg 1.8g
夕食	◎ 牛乳180g ◎ グロは 12 ップにきと野ンのよれる。 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	フルーツ2 Og 電音世和風あん おかか和え の和え物 おかず 206kcal 11.7g 8.9g 20.6g 772mg 2.0g おかず	200g 乳麦 乳麦 399kcal 15.0g 9.4g 62.5g 773mg 2.0g ご飯セット	 ○牛乳180g ○りはん12 ホッオニとじゅの エネルばり 上がり 上がり 上がり 上がり 上がり 上がり 上がり 上がり エネルギー 	0g 0g 辺焼 テー 芋の昆布煮 甘酢生姜和え 14.8g 9.8g 13.7g 701mg 1.8g おかず 627kcal	麦 乳麦 麦 麦 397kcal 18.1g 10.3g 55.6g 702mg 1.8g ご飯セット	◎牛乳180g◎オレム12豚内華とエネルばエネルば北リウ当上りカー質カー質カー質カー質カー質カー質カー質カー質カー質カー質カー質カー質カー質カー質カー質カー質カー質カー質カー質カー質カー質カーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーでカーで<	200g 200g の 20g み焼風 の煮物 238kcal 13.5g 12.5g 16.2g 767mg 2.0g	麦 卵乳麦か 麦 ご飯セット 431kcal 16.8g 13.0g 58.1g 768mg 2.0g ご飯セット 1199kcal	 ○牛乳180g ○オプロス ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	200g 0g ード焼き テー んも煮 トスープ 227kcal 15.0g 13.5g 10.0g -573mg 1.5g おかず 617kcal	表 乳麦 表 乳麦 1420kcal 18.3g 14.0g 51.9g 1.5g 1.5g	 ○牛乳180g ○ゲレん12 ★ボーココロリン ボーリック ボールボー ボールボー エネルギー 	フルーツ2 20g のチーズソース 一の煮物 259kcal 17.8g 14.0g 15.3g 689mg 1.8g おかず 628kcal	200g 乳麦 麦 卵乳麦 1452kcal 21.1g 14.5g 57.2g 690mg 1.8g ご飯セット
月 夕食	◎ 牛乳180g ◎ グにきと野ンのは 中乳ルの12 ロールの12 ロールの12 ロールの15 ロールの15 ロールが ロールの15 ローの15 ローの1	フルーツ2 0g gg ませ和風あん かか和え の和え物 206kcal 11.7g 8.9g 20.6g 772mg 2.0g おかず 617kcal 39.1g	200g 乳麦 乳麦 399kcal 15.0g 9.4g 62.5g 773mg 2.0g ご飯セット 1196kcal 49.0g	 ○牛乳180g ○りはん12 ホッコカンはん12 ホッスよじゃ エネルばれり 大り 上り エネルより エネルより エネルより 重工ネルより 	0g 0g 辺焼 テー 芋の昆布煮 甘酢生姜和え 204kcal 14.8g 9.8g 13.7g 701mg 1.8g おかず 627kcal 40.3g	麦 乳麦 麦 397kcal 18.1g 10.3g 55.6g 702mg 1.8g ご飯セット 1206kcal 50.2g	◎牛乳180g◎オンは12豚中菜本たん質化り水り上たん質化り大塩エネルぱんり土木んぱん土木んぱん大塩エネルぱんエネルぱんエネルぱん一質エネルぱんエネルぱんエネルぱん一質エネルぱん	200g 200g の 20g み焼風 の 煮物 238kcal 13.5g 12.5g 767mg 2.0g おかず 620kcal 38.4g	麦 卵乳麦か 麦 ご飯セット 431kcal 16.8g 13.0g 58.1g 768mg 2.0g ご飯セット 1199kcal 48.3g	 ○牛乳180g ○オプロス ・オートの ・オートの	200g 0g ード焼き テー んも煮 トスープ 227kcal 15.0g 13.5g 10.0g -573mg 1.5g おかず 617kcal 39.4g	表 乳麦 表 乳麦 1420kcal 18.3g 14.0g 51.9g 1.5g 1.5g 1196kcal 49.3g	 ○牛乳180g ○ゲレム12 ★ボーロの見報 大のはよっつっり 大のではよっつい 大のではなった。 できないではなった。 できないではないではないではないではないではないではないではないではないではないでは	フルーツ2 20g のチーズソース 一の煮物 259kcal 17.8g 14.0g 15.3g 689mg 1.8g おかず 628kcal 39.5g	200g 乳麦 麦 卵乳麦 1452kcal 21.1g 14.5g 57.2g 690mg 1.8g 1.8g 1207kcal
	 ○ 牛乳180g ○ グごはと野いしん12 ・ 日風カ ・ 工た16 ・ 大生 ・ 大き <li< td=""><td>フルーツ2 0g gg gg hall ab ん かか和え の和え物 よかず 206kcal 11. 7g 8. 9g 20. 6g 772mg 2. 0g おかず 617kcal 39. 1g 26. 4g</td><td>200g 乳麦 乳麦 399kcal 15.0g 9.4g 62.5g 773mg 2.0g ご飯セット 1196kcal 49.0g 27.9g</td><td> ○牛乳180g ○りはん12 ホッニない12 ホッニとじゅいと エネルばいり 上がり 上がり エネルばり 上がり 上がり</td><td>0g 0g 辺焼 テー 芋の昆布煮 甘酢生姜和え 14.8g 9.8g 13.7g 701mg 1.8g おかず 627kcal 40.3g 30.9g</td><td>表 乳麦 麦 - ご飯セット 397kcal 18.1g 10.3g 55.6g 702mg 1.8g - ご飯セット 1206kcal 50.2g 32.4g</td><td>◎牛乳180g◎オンは12豚中菜水のうと水のうと水の質水の質水の当水の当水の当ボー質ボー質エネルばボー質エネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルば<l< td=""><td>200g 200g の 20g み焼風 の煮物 238kcal 13.5g 12.5g 16.2g 767mg 2.0g おかず 620kcal 38.4g 29.1g</td><td>麦 卵乳麦か 麦 ご飯セット 431kcal 16.8g 13.0g 58.1g 768mg 2.0g ご飯セット 1199kcal 48.3g 30.6g</td><td> ○牛乳180g ○オプロス ○オプロス ○オプロス ○オプロス ○オプロス ○オプロス ○オプロス ○オプロス ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・</td><td>200g 0g ード焼き テー んも煮 トスープ 227kcal 15.0g 13.5g 10.0g -573mg 1.5g おかず 617kcal 39.4g 30.0g</td><td>表 乳麦 表 乳麦 14.0g 14.0g 57.4mg 1.5g 1.5g 1.9g 3.1.5g</td><td> ○ 牛乳180g ○ ゲレム12 ★ ボーンロ野県 ブリリリース・人の質・化・ウェーンの腐り エネーの当時に エネーの当時に エネーの当時に エネーの当時に エネーの当時に エネーの当時に エネーの 脂質 </td><td>フルーツ2 20g のチーズソース 一の煮物 259kcal 17.8g 14.0g 15.3g 689mg 1.8g おかず 628kcal 39.5g 31.9g</td><td>200g 乳麦 麦 卵乳麦 1452kcal 21.1g 14.5g 57.2g 690mg 1.8g 1207kcal 49.4g 33.4g</td></l<></td></li<>	フルーツ2 0g gg gg hall ab ん かか和え の和え物 よかず 206kcal 11. 7g 8. 9g 20. 6g 772mg 2. 0g おかず 617kcal 39. 1g 26. 4g	200g 乳麦 乳麦 399kcal 15.0g 9.4g 62.5g 773mg 2.0g ご飯セット 1196kcal 49.0g 27.9g	 ○牛乳180g ○りはん12 ホッニない12 ホッニとじゅいと エネルばいり 上がり 上がり エネルばり 上がり 上がり	0g 0g 辺焼 テー 芋の昆布煮 甘酢生姜和え 14.8g 9.8g 13.7g 701mg 1.8g おかず 627kcal 40.3g 30.9g	表 乳麦 麦 - ご飯セット 397kcal 18.1g 10.3g 55.6g 702mg 1.8g - ご飯セット 1206kcal 50.2g 32.4g	◎牛乳180g◎オンは12豚中菜水のうと水のうと水の質水の質水の当水の当水の当ボー質ボー質エネルばボー質エネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルばエネルば<l< td=""><td>200g 200g の 20g み焼風 の煮物 238kcal 13.5g 12.5g 16.2g 767mg 2.0g おかず 620kcal 38.4g 29.1g</td><td>麦 卵乳麦か 麦 ご飯セット 431kcal 16.8g 13.0g 58.1g 768mg 2.0g ご飯セット 1199kcal 48.3g 30.6g</td><td> ○牛乳180g ○オプロス ○オプロス ○オプロス ○オプロス ○オプロス ○オプロス ○オプロス ○オプロス ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・</td><td>200g 0g ード焼き テー んも煮 トスープ 227kcal 15.0g 13.5g 10.0g -573mg 1.5g おかず 617kcal 39.4g 30.0g</td><td>表 乳麦 表 乳麦 14.0g 14.0g 57.4mg 1.5g 1.5g 1.9g 3.1.5g</td><td> ○ 牛乳180g ○ ゲレム12 ★ ボーンロ野県 ブリリリース・人の質・化・ウェーンの腐り エネーの当時に エネーの当時に エネーの当時に エネーの当時に エネーの当時に エネーの当時に エネーの 脂質 </td><td>フルーツ2 20g のチーズソース 一の煮物 259kcal 17.8g 14.0g 15.3g 689mg 1.8g おかず 628kcal 39.5g 31.9g</td><td>200g 乳麦 麦 卵乳麦 1452kcal 21.1g 14.5g 57.2g 690mg 1.8g 1207kcal 49.4g 33.4g</td></l<>	200g 200g の 20g み焼風 の煮物 238kcal 13.5g 12.5g 16.2g 767mg 2.0g おかず 620kcal 38.4g 29.1g	麦 卵乳麦か 麦 ご飯セット 431kcal 16.8g 13.0g 58.1g 768mg 2.0g ご飯セット 1199kcal 48.3g 30.6g	 ○牛乳180g ○オプロス ○オプロス ○オプロス ○オプロス ○オプロス ○オプロス ○オプロス ○オプロス ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	200g 0g ード焼き テー んも煮 トスープ 227kcal 15.0g 13.5g 10.0g -573mg 1.5g おかず 617kcal 39.4g 30.0g	表 乳麦 表 乳麦 14.0g 14.0g 57.4mg 1.5g 1.5g 1.9g 3.1.5g	 ○ 牛乳180g ○ ゲレム12 ★ ボーンロ野県 ブリリリース・人の質・化・ウェーンの腐り エネーの当時に エネーの当時に エネーの当時に エネーの当時に エネーの当時に エネーの当時に エネーの 脂質 	フルーツ2 20g のチーズソース 一の煮物 259kcal 17.8g 14.0g 15.3g 689mg 1.8g おかず 628kcal 39.5g 31.9g	200g 乳麦 麦 卵乳麦 1452kcal 21.1g 14.5g 57.2g 690mg 1.8g 1207kcal 49.4g 33.4g
夕食 合計	 ○ 牛乳 180g ○ ケンピース 12 ピー風力 エート 12 本のでは、東京のようではでは、東京のようでは、東京のようでは、東京のようでは、東京のようでは、東京のようでは、東京のようでは、東京のようでは、東京のまでは、東京のようでは、東京のはでは、東京のはでは、東京のはでは、東京のはではでは、東京のはではりではではではでは、東京のはではでは、東京のはではでは、東京のはではではではではではではではではではではではではではではではではではではで	フルーツ2 0g gg ag at 和風あん かか和え の和え物 よかず 206kcal 11. 7g 8. 9g 20. 6g 772mg 2. 0g おかず 617kcal 39. 1g 26. 4g 55. 5g	200g 乳麦 乳麦 乳髪 399kcal 15.0g 9.4g 62.5g 773mg 2.0g ご飯セット 1196kcal 49.0g 27.9g 181.2g	 ○牛乳180g ○リンはかり ○リンはかります。 ホッニという ホッニという ルルは ボー質 エネルば エネルば エネルば エネルば エネルば 大り エネルば 大り 最近水 大り 最近水 大り 最近水 大り 大り<td>0g 0g 辺焼 テー 芋の昆布煮 甘酢生姜和え 14.8g 9.8g 13.7g 701mg 1.8g おかず 627kcal 40.3g 30.9g 44.8g</td><td>表 乳麦 麦 麦 397kcal 18.1g 10.3g 55.6g 702mg 1.8g 206kcal 50.2g 32.4g 170.5g</td><td> ○牛乳180g ○オご180g ○オご20 ○オンはのうと 本ん質 ルばり 北り エネん質 エネん質 エネん質 エネん質 エネん質 エネん質 本のより エネん質 本のより 上の 上の 上の 上の 上の 上の 上の 上の に対し に対し</td><td>200g 200g 20g み焼風 の煮物 238kcal 13.5g 16.2g 767mg 2.0g おかず 620kcal 38.4g 29.1g 48.3g</td><td>麦 卵乳麦か 麦 ご飯セット 431kcal 16.8g 13.0g 58.1g 768mg 2.0g ご飯セット 1199kcal 48.3g 30.6g 174.0g</td><td> ○牛乳180g ○牛乳レルはマクくる エた脂炭ナ塩 エネん質水リオー エネん質水リオー エネん質水の当年 エネん質水の当年 エネん質水の当年 エネん質水の当年 </td><td>200g 0g ード焼き テー んも煮 トスープ 227kcal 15.0g 13.5g 10.0g -573mg 1.5g おかず 617kcal 39.4g -30.0g -45.2g</td><td>表 乳麦 表 乳麦 14.0g 14.0g 574mg 1.5g 1.5g 1.9g 374mg 1.5g 1.5g 1.5g 1.70,9g</td><td> ○ 牛乳180g ○ ナック ○ ナック ★ ボールの ・ カック ・ カック</td><td>フルーツ2 20g のチーズソース 一の煮物 259kcal 17.8g 14.0g 15.3g 689mg 1.8g おかず 628kcal 39.5g 31.9g 45.2g</td><td>200g 乳麦 麦 卵乳麦 452kcal 21 1g 14 5g 57 2g 690mg 1.8g ご飯セット 1207kcal 49 4g 33 4g 170 9g</td>	0g 0g 辺焼 テー 芋の昆布煮 甘酢生姜和え 14.8g 9.8g 13.7g 701mg 1.8g おかず 627kcal 40.3g 30.9g 44.8g	表 乳麦 麦 麦 397kcal 18.1g 10.3g 55.6g 702mg 1.8g 206kcal 50.2g 32.4g 170.5g	 ○牛乳180g ○オご180g ○オご20 ○オンはのうと 本ん質 ルばり 北り エネん質 エネん質 エネん質 エネん質 エネん質 エネん質 本のより エネん質 本のより 上の 上の 上の 上の 上の 上の 上の 上の に対し に対し	200g 200g 20g み焼風 の煮物 238kcal 13.5g 16.2g 767mg 2.0g おかず 620kcal 38.4g 29.1g 48.3g	麦 卵乳麦か 麦 ご飯セット 431kcal 16.8g 13.0g 58.1g 768mg 2.0g ご飯セット 1199kcal 48.3g 30.6g 174.0g	 ○牛乳180g ○牛乳レルはマクくる エた脂炭ナ塩 エネん質水リオー エネん質水リオー エネん質水の当年 エネん質水の当年 エネん質水の当年 エネん質水の当年 	200g 0g ード焼き テー んも煮 トスープ 227kcal 15.0g 13.5g 10.0g -573mg 1.5g おかず 617kcal 39.4g -30.0g -45.2g	表 乳麦 表 乳麦 14.0g 14.0g 574mg 1.5g 1.5g 1.9g 374mg 1.5g 1.5g 1.5g 1.70,9g	 ○ 牛乳180g ○ ナック ○ ナック ★ ボールの ・ カック ・ カック	フルーツ2 20g のチーズソース 一の煮物 259kcal 17.8g 14.0g 15.3g 689mg 1.8g おかず 628kcal 39.5g 31.9g 45.2g	200g 乳麦 麦 卵乳麦 452kcal 21 1g 14 5g 57 2g 690mg 1.8g ご飯セット 1207kcal 49 4g 33 4g 170 9g
夕食 合計	◎ # 180g ◎ # 180g ◎ # 180g ※ #	フルーツ2 Og 電寄せ和風あん おかか和え の和え物 おかず 206kcal 11. 7g 8. 9g 20. 6g 772mg 2. 0g おかず 617kcal 39. 1g 26. 4g 55. 5g 2232mg	乳麦 乳麦 乳髪 399kcal 15 0g 9. 4g 62. 5g 773mg 2. 0g 2. 0g 1196kcal 49. 0g 27. 9g 181. 2g 2235mg	● 牛乳180g ● りご15 ★ かご15 大 ツ に かった と いった と り で かった と り で かった と り り かった と り り かった と り かった と かった と で で かった と で で かった と で かった と で で で かった と で で で かった と で で で で で かった と で で で で かった と で で で で で で で で で で で で で で で で で で	0g 0g 辺焼 テー 芋の昆布煮 甘酢生姜和え 14.8g 9.8g 13.7g 701mg 1.8g おかず 627kcal 40.3g 30.9g 44.8g 2108mg	表 乳麦 麦 麦 397kcal 18.1g 10.3g 55.6g 702mg 1.8g 206kcal 50.2g 32.4g 170.5g 2111mg	○牛乳 180g○十二 180g<td>200g 200g 20g み焼風 の煮物 238kcal 13.5g 12.5g 767mg 2.0g おかず 620kcal 38.4g 29.1g 48.3g 2232mg</td><td>麦 卵乳麦か 麦 ご飯セット 431kcal 16.8g 13.0g 58.1g 768mg 2.0g ご飯セット 1199kcal 48.3g 30.6g 174.0g 2235mg</td><td> ○牛乳180g ○牛乳レイン・ ○サンボーリー ・サントのでは、 ・サントのでは、<</td><td>200g 0g ード焼き テー んも煮 トスープ 227kcal 15.0g 13.5g 10.0g -573mg 1.5g おかず 617kcal 39.4g 30.0g 45.2g 2065mg</td><td>表 乳麦 表 乳麦 14.0g 51.9g 14.0g 574mg 1.5g 196kcal 49.3g 31.5g 170.9g 2068mg</td><td> ○ 牛乳 180g ○ ナック ○ ナック ・ ナック ・ カック ・ カック</td><td>フルーツ2 20g のチーズソース 一の煮物 259kcal 17.8g 14.0g 15.3g 689mg 1.8g おかず 628kcal 39.5g 31.9g 45.2g</td><td>200g 乳麦 麦 卵乳麦 452kcal 21.1g 14.5g 57.2g 690mg 1.8g ご飯セット 1207kcal 49.4g 33.4g 170.9g 1801mg</td>	200g 200g 20g み焼風 の煮物 238kcal 13.5g 12.5g 767mg 2.0g おかず 620kcal 38.4g 29.1g 48.3g 2232mg	麦 卵乳麦か 麦 ご飯セット 431kcal 16.8g 13.0g 58.1g 768mg 2.0g ご飯セット 1199kcal 48.3g 30.6g 174.0g 2235mg	 ○牛乳180g ○牛乳レイン・ ○サンボーリー ・サントのでは、 ・サントのでは、<	200g 0g ード焼き テー んも煮 トスープ 227kcal 15.0g 13.5g 10.0g -573mg 1.5g おかず 617kcal 39.4g 30.0g 45.2g 2065mg	表 乳麦 表 乳麦 14.0g 51.9g 14.0g 574mg 1.5g 196kcal 49.3g 31.5g 170.9g 2068mg	 ○ 牛乳 180g ○ ナック ○ ナック ・ ナック ・ カック ・ カック	フルーツ2 20g のチーズソース 一の煮物 259kcal 17.8g 14.0g 15.3g 689mg 1.8g おかず 628kcal 39.5g 31.9g 45.2g	200g 乳麦 麦 卵乳麦 452kcal 21.1g 14.5g 57.2g 690mg 1.8g ご飯セット 1207kcal 49.4g 33.4g 170.9g 1801mg
	 ○ 牛乳180g ○ ゲースにきと野ンにー風カイ エルルは東スのよう エルは、大り エルパリー エルパリー エルパリー エルパリー エルパリー エーに指し、大り エーに指し、大り 大り 大り<td>フルーツ2 Og 高寄せ和風あん おかか和え の和え物 おかず 206kcal 11. 7g 8. 9g 20. 6g 772mg 2. 0g おかず 617kcal 39. 1g 26. 4g 55. 5g 2232mg 5. 8g</td><td>200g 乳麦 乳麦 399kcal 15.0g 9.4g 62.5g 773mg 2.0g 2.0g 2.0g 2.7 g 1196kcal 49.0g 27.9g 181.2g 2235mg 5.8g</td><td> ○牛乳180g ○リンはかり ○リンはかります。 ・カートンはかり ・カートンはかり ・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・</td><td>0g 0g 0g 辺焼 テー 芋の昆布煮 甘酢生姜和え 14.8g 9.8g 13.7g 701mg 1.8g おかず 627kcal 40.3g 30.9g 44.8g 2108mg 5.3g</td><td>表 乳麦 麦 麦 397kcal 18.1g 10.3g 55.6g 702mg 1.8g 206kcal 50.2g 32.4g 170.5g 2111mg 5.3g</td><td>○牛乳 180g○十二 180g<td>200g 200g 20g み焼風 の煮物 238kcal 13.5g 16.2g 767mg 2.0g おかず 620kcal 38.4g 29.1g 48.3g 2232mg 5.7g</td><td>麦 卵乳麦か 麦 ご飯セット 431kcal 16.8g 13.0g 58.1g 768mg 2.0g ご飯セット 1199kcal 48.3g 30.6g 174.0g 2235mg 5.7g</td><td> ○牛乳180g ○十式のッとべ ・オンはマクくる ・ルば、水り塩 ・水・水・水・水・水・水・水・水・水・水・水・水・水・水・水・水・水・水・水</td><td>200g Og ード焼き テー んも煮 トスープ 227kcal 15.0g 10.0g 573mg 1.5g 45.2g 30.0g 45.2g 2065mg 5.3g</td><td>表 乳麦 乳麦 乳麦 14.0g 51.9g 574mg 1.5g 1196kcal 49.3g 31.5g 170.9g 2068mg 5.3g</td><td> ○ 牛乳180g ○ ナル12g ★ ボール 12g 本 ボール 12g エ ボール 12g</td><td>おかず 259kcal 17.8g 14.0g 15.3g 689mg 1.8g 58kcal 39.5g 31.9g 45.2g 1798mg 4.6g</td><td>200g 乳麦 麦 卵乳麦 452kcal 21.1g 14.5g 57.2g 690mg 1.8g こ飯セット 1207kcal 49.4g 33.4g 170.9g 1801mg 4.6g</td></td>	フルーツ2 Og 高寄せ和風あん おかか和え の和え物 おかず 206kcal 11. 7g 8. 9g 20. 6g 772mg 2. 0g おかず 617kcal 39. 1g 26. 4g 55. 5g 2232mg 5. 8g	200g 乳麦 乳麦 399kcal 15.0g 9.4g 62.5g 773mg 2.0g 2.0g 2.0g 2.7 g 1196kcal 49.0g 27.9g 181.2g 2235mg 5.8g	 ○牛乳180g ○リンはかり ○リンはかります。 ・カートンはかり ・カートンはかり ・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・	0g 0g 0g 辺焼 テー 芋の昆布煮 甘酢生姜和え 14.8g 9.8g 13.7g 701mg 1.8g おかず 627kcal 40.3g 30.9g 44.8g 2108mg 5.3g	表 乳麦 麦 麦 397kcal 18.1g 10.3g 55.6g 702mg 1.8g 206kcal 50.2g 32.4g 170.5g 2111mg 5.3g	○牛乳 180g○十二 180g<td>200g 200g 20g み焼風 の煮物 238kcal 13.5g 16.2g 767mg 2.0g おかず 620kcal 38.4g 29.1g 48.3g 2232mg 5.7g</td><td>麦 卵乳麦か 麦 ご飯セット 431kcal 16.8g 13.0g 58.1g 768mg 2.0g ご飯セット 1199kcal 48.3g 30.6g 174.0g 2235mg 5.7g</td><td> ○牛乳180g ○十式のッとべ ・オンはマクくる ・ルば、水り塩 ・水・水・水・水・水・水・水・水・水・水・水・水・水・水・水・水・水・水・水</td><td>200g Og ード焼き テー んも煮 トスープ 227kcal 15.0g 10.0g 573mg 1.5g 45.2g 30.0g 45.2g 2065mg 5.3g</td><td>表 乳麦 乳麦 乳麦 14.0g 51.9g 574mg 1.5g 1196kcal 49.3g 31.5g 170.9g 2068mg 5.3g</td><td> ○ 牛乳180g ○ ナル12g ★ ボール 12g 本 ボール 12g エ ボール 12g</td><td>おかず 259kcal 17.8g 14.0g 15.3g 689mg 1.8g 58kcal 39.5g 31.9g 45.2g 1798mg 4.6g</td><td>200g 乳麦 麦 卵乳麦 452kcal 21.1g 14.5g 57.2g 690mg 1.8g こ飯セット 1207kcal 49.4g 33.4g 170.9g 1801mg 4.6g</td>	200g 200g 20g み焼風 の煮物 238kcal 13.5g 16.2g 767mg 2.0g おかず 620kcal 38.4g 29.1g 48.3g 2232mg 5.7g	麦 卵乳麦か 麦 ご飯セット 431kcal 16.8g 13.0g 58.1g 768mg 2.0g ご飯セット 1199kcal 48.3g 30.6g 174.0g 2235mg 5.7g	 ○牛乳180g ○十式のッとべ ・オンはマクくる ・ルば、水り塩 ・水・水・水・水・水・水・水・水・水・水・水・水・水・水・水・水・水・水・水	200g Og ード焼き テー んも煮 トスープ 227kcal 15.0g 10.0g 573mg 1.5g 45.2g 30.0g 45.2g 2065mg 5.3g	表 乳麦 乳麦 乳麦 14.0g 51.9g 574mg 1.5g 1196kcal 49.3g 31.5g 170.9g 2068mg 5.3g	 ○ 牛乳180g ○ ナル12g ★ ボール 12g 本 ボール 12g エ ボール 12g	おかず 259kcal 17.8g 14.0g 15.3g 689mg 1.8g 58kcal 39.5g 31.9g 45.2g 1798mg 4.6g	200g 乳麦 麦 卵乳麦 452kcal 21.1g 14.5g 57.2g 690mg 1.8g こ飯セット 1207kcal 49.4g 33.4g 170.9g 1801mg 4.6g
	 ○ 牛 180g ○ グ こととといいます ・	フルーツ2 Og 高寄せ和風あん おかか和え の和え物 おかず 206kcal 11. 7g 8. 9g 20. 6g 772mg 2. 0g おかず 617kcal 39. 1g 26. 4g 55. 5g 2232mg 5. 8g 814kcal	200g 乳麦 乳麦 麦 ご飯セット 399kcal 15.0g 9.4g 62.5g 773mg 2.0g ご飯セット 1196kcal 49.0g 27.9g 181.2g 2235mg 5.8g	● 牛乳180g ● りにより はいます はいます はいます はいます はいます はいます はいます はいます	0g 0g 辺焼 テー 芋の昆布煮 甘酢生姜和え 14.8g 9.8g 13.7g 701mg 1.8g 5.701mg 40.3g 30.9g 44.8g 2108mg 5.3g 834kcal	表 乳麦 麦 麦 397kcal 18.1g 10.3g 55.6g 702mg 1.8g 206kcal 50.2g 32.4g 170.5g 2111mg 5.3g	 ○牛工180g ○オご180g ○オご20 ○オご20 ○オご20 ○オンはのうと 本ん質 北いより 北いり エネん質 北いり 本のり なり なり	200g 200g 20g み焼風 の煮物 238kcal 13.5g 12.5g 16.2g 767mg 2.0g おかず 620kcal 38.4g 29.1g 48.3g 2232mg 5.7g	麦 卵乳麦か 麦 ご飯セット 431kcal 16.8g 13.0g 58.1g 768mg 2.0g ご飯セット 1199kcal 48.3g 30.6g 174.0g 2235mg 5.7g	 ○牛乳180g ○オごのッとべ ・オンはマクくる ・ルば ・ルば ・水・塩 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	200g 0g ード焼き テー んも煮 トスープ 227kcal 15.0g 13.5g 10.0g 573mg 1.5g 45.2g 30.0g 45.2g 2065mg 5.3g 816kcal	表 乳麦 乳麦 乳麦 14.0g 51.9g 574mg 1.5g 1.5g 1196kcal 49.3g 31.5g 170.9g 2068mg 5.3g	 ○ 牛乳180g ○ ナンロー	おかず 259kcal 17.8g 14.0g 15.3g 689mg 1.8g 39.5g 31.9g 45.2g 1798mg 4.6g	200g 乳麦 麦 卵乳麦 452kcal 21.1g 14.5g 57.2g 690mg 1.8g 1207kcal 49.4g 33.4g 170.9g 1801mg 4.6g
	 ○ 牛 180g ○ グ こととといいます ・	フルーツ2 Og 高寄せ和風あん おかか和え の和え物 おかず 206kcal 11. 7g 8. 9g 20. 6g 772mg 2. 0g おかず 617kcal 39. 1g 26. 4g 55. 5g 2232mg 5. 8g 814kcal	200g 乳麦 乳麦 麦 ご飯セット 399kcal 15.0g 9.4g 62.5g 773mg 2.0g ご飯セット 1196kcal 49.0g 27.9g 181.2g 2235mg 5.8g	● 牛乳180g ● りにより はいます はいます はいます はいます はいます はいます はいます はいます	0g 0g 辺焼 テー 芋の昆布煮 甘酢生姜和え 14.8g 9.8g 13.7g 701mg 1.8g 5.701mg 40.3g 30.9g 44.8g 2108mg 5.3g 834kcal	表 乳麦 麦 麦 397kcal 18.1g 10.3g 55.6g 702mg 1.8g 206kcal 50.2g 32.4g 170.5g 2111mg 5.3g	 ○牛工180g ○オご180g ○オご20 ○オご20 ○オご20 ○オンはのうと 本ん質 北いより 北いり エネん質 北いり 本のり なり なり	200g 200g 20g み焼風 の煮物 238kcal 13.5g 12.5g 16.2g 767mg 2.0g おかず 620kcal 38.4g 29.1g 48.3g 2232mg 5.7g	麦 卵乳麦か 麦 ご飯セット 431kcal 16.8g 13.0g 58.1g 768mg 2.0g ご飯セット 1199kcal 48.3g 30.6g 174.0g 2235mg 5.7g	 ○牛乳180g ○オごのッとべ ・オンはマクくる ・ルば ・ルば ・水・塩 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・	200g 0g ード焼き テー んも煮 トスープ 227kcal 15.0g 13.5g 10.0g 573mg 1.5g 45.2g 30.0g 45.2g 2065mg 5.3g 816kcal	表 乳麦 乳麦 乳麦 乳麦 14.0g 51.9g 574mg 1.5g 1196kcal 49.3g 31.5g 170.9g 2068mg 5.3g	 ○ 牛乳180g ○ ナンロー	おかず 259kcal 17.8g 14.0g 15.3g 689mg 1.8g 39.5g 31.9g 45.2g 1798mg 4.6g	200g 乳麦 麦 卵乳麦 452kcal 21.1g 14.5g 57.2g 690mg 1.8g 1207kcal 49.4g 33.4g 170.9g 1801mg 4.6g
III 夕食 合計 合計	◎ ★ はまます は は は ない	フルーツ2 Og 高寄せ和風あん おかか和え の和え物 おかず 206kcal 11. 7g 8. 9g 20. 6g 772mg 2. 0g おかず 617kcal 39. 1g 26. 4g 55. 5g 2232mg 5. 8g 814kcal 46. 8g	200g 乳麦 乳麦 乳麦 399kcal 15.0g 9.4g 62.5g 773mg 2.0g 2.0g 2.0g 2.0g 2.7 9g 181.2g 2235mg 5.8g	● 牛乳180g ● りご15 ★ カースと リンド 大変 エネル質 化 リカー 当 ボー で は かっと リンド は かっと り は かっと り は かっと り は かっと り は かっと し し かっと し し かっと し し かっと し し かっと し し い し し し し し し し し し し し し し し し し	0g 0g 辺焼 テー 芋の昆布煮 甘酢生姜和え 14.8g 9.8g 13.7g 701mg 1.8g おかず 627kcal 40.3g 30.9g 44.8g 2108mg 5.3g 834kcal 46.4g	表 乳麦 麦 麦 397kcal 18.1g 10.3g 55.6g 702mg 1.8g 206kcal 50.2g 32.4g 170.5g 2111mg 5.3g	 ○牛乳ンにはいる。 ○本式のでは、 ○本式のでは、	200g 200g 20g み焼風 の煮物 238kcal 13.5g 12.5g 16.2g 767mg 2.0g おかず 620kcal 38.4g 29.1g 48.3g 2232mg 5.7g 819kcal 46.3g	表 卵乳麦か 表 ご飯セット 431kcal 16.8g 13.0g 58.1g 768mg 2.0g ご飯セット 1199kcal 48.3g 30.6g 174.0g 2235mg 5.7g 1398kcal 56.2g	 ○牛乳した ○大き 一大き 一大き 一大き 一大き 一大き 一大き 一大き 一大き 一大を 一大き 一大き 一大き 一大き 一大き 一大き 一大を 一大き 一大を 一大を<!--</td--><td>200g 0g ード焼き テー んも煮 トスープ 227kcal 15.0g 13.5g 10.0g 573mg 1.5g 45.2g 30.0g 45.2g 2065mg 5.3g 816kcal 47.3g</td><td>表 乳麦 乳麦 乳麦 14.0g 14.0g 51.9g 1.5g 1196kcal 49.3g 31.5g 170.9g 2068mg 5.3g 1395kcal 57.2g</td><td> ○ 牛乳 180g ○ ナック 11 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1</td><td>おかず 259kcal 17.8g 14.0g 15.3g 689mg 1.8g 539.5g 31.9g 45.2g 1798mg 4.6g 825kcal 47.2g</td><td>200g 乳麦 麦 卵乳麦 452kcal 21.1g 14.5g 57.2g 690mg 1.8g 1207kcal 49.4g 33.4g 170.9g 1801mg 4.6g</td>	200g 0g ード焼き テー んも煮 トスープ 227kcal 15.0g 13.5g 10.0g 573mg 1.5g 45.2g 30.0g 45.2g 2065mg 5.3g 816kcal 47.3g	表 乳麦 乳麦 乳麦 14.0g 14.0g 51.9g 1.5g 1196kcal 49.3g 31.5g 170.9g 2068mg 5.3g 1395kcal 57.2g	 ○ 牛乳 180g ○ ナック 11 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	おかず 259kcal 17.8g 14.0g 15.3g 689mg 1.8g 539.5g 31.9g 45.2g 1798mg 4.6g 825kcal 47.2g	200g 乳麦 麦 卵乳麦 452kcal 21.1g 14.5g 57.2g 690mg 1.8g 1207kcal 49.4g 33.4g 170.9g 1801mg 4.6g
III 夕食 合計 合計(間	◎ ★ はままれる はまます は 180g	フルーツ2 Og 高寄せ和風あん おかか和え の和え物 おかず 206kcal 11. 7g 8. 9g 20. 6g 772mg 2. 0g おかず 617kcal 39. 1g 26. 4g 55. 5g 2232mg 5. 8g 814kcal 46. 8g 33. 4g	200g 乳麦 乳麦 乳麦 399kcal 15.0g 9.4g 62.5g 773mg 2.0g 2.0g 2.0g 2.7 9g 181.2g 2235mg 5.8g 1393kcal 56.7g 34.9g	● 年 180g ● りご15 ★ ホーストン 12 ホーストン 12 ホーストン 13 ホーストン 13 ホーストン 14 ボーストン 15 ボーストン 15 ボース 15 ボ	0g 0g 0g 辺焼 テー 芋の昆布煮 甘酢生姜和え 14.8g 9.8g 13.7g 701mg 1.8g おかず 627kcal 40.3g 30.9g 44.8g 2108mg 5.3g 834kcal 46.4g 38.0g	表 乳麦 麦 麦 397kcal 18.1g 10.3g 55.6g 702mg 1.8g 206kcal 50.2g 32.4g 170.5g 2111mg 5.3g 1413kcal 56.3g 39.5g	 ○ 牛	200g 200g 20g み焼風 の煮物 238kcal 13.5g 12.5g 16.2g 767mg 2.0g 38.4g 29.1g 48.3g 2232mg 5.7g 819kcal 46.3g 36.1g	表 卵乳麦か 表 ご飯セット 431kcal 16.8g 13.0g 58.1g 768mg 2.0g ご飯セット 1199kcal 48.3g 30.6g 174.0g 2235mg 5.7g 1398kcal 56.2g 37.6g	 ○ 本記の <	200g Og ード焼き テー んも煮 トスープ おかず 227kcal 15.0g 13.5g 10.0g 573mg 1.5g 45.2g 30.0g 45.2g 2065mg 5.3g 816kcal 47.3g 37.0g	表 乳麦 乳麦 乳麦 14.0g 14.0g 57.4mg 1.5g 1.5g 1.5g 1.5g 1.70.9g 2068mg 5.3g 170.9g 2068mg 5.3g	 ○ 180g ○ 19 180g ○ 10 12 180g ○ 10 180g	おかず 259kcal 17. 8g 14. 0g 15. 3g 689mg 1. 8g 39. 5g 31. 9g 45. 2g 1798mg 4. 6g 825kcal 47. 2g 38. 9g	200g 乳麦 麦 卵乳麦 452kcal 21.1g 14.5g 57.2g 690mg 1.8g 1207kcal 49.4g 33.4g 170.9g 1801mg 4.6g 1404kcal 57.1g 40.4g
回 夕食 合計 合計(間食	◎ ★ は と は と は と は と は と は と ま い に と は と ま い に と は と ま い に い に と ま い に い に い に か に き と ま い に い に が し り 出 に い に な 来 い に が し り 出 に い に れ い で れ い で は い に い れ い で は い に い れ い で は い に い れ い で り 当 ギ く く 物 し 当 ギ く と 物 し 当 ギ く と 物 し 当 ギ く と 物 し 当 ギ く と 物 し 当 ギ く と 物 し 当 ギ く と 物 し 当 ギ く と 物 し 当 ギ く と 物 し 当 ギ く と か し 当 ギ く と か し 当 ギ く と か し 当 ギ く と か し 当 ギ く と か し 当 ギ く と か し 当 ギ く と か し 当 ギ く と か し 当 ギ く と か し 当 ギ く と か し 当 ギ く と か し 当 ギ く と か し 当 ギ く と か し 当 ギ く と か し 当 ギ く と か し 当 ギ く と か し 当 ギ く と か し か し 当 ギ く と か し か し 当 ギ く と か し か し か し か し か し か し か し か し か し か	フルーツ2 Og 富寄世和風あん おかか和え の和え物 おかず 206kcal 11. 7g 8. 9g 20. 6g 772mg 2. 0g おかず 617kcal 39. 1g 26. 4g 55. 5g 2232mg 5. 8g 814kcal 46. 8g 33. 4g 83. 3g	200g 乳麦 乳麦 乳麦 399kcal 15.0g 9.4g 62.5g 773mg 2.0g ご飯セット 1196kcal 49.0g 27.9g 181.2g 2235mg 5.8g 1393kcal 56.7g 34.9g 200.0g	 ○牛木オ豚キャベ エカルはカーといとります。 エカルはカーとのといる。 エカルはカーをある。 エカルはカーをある。 エカルはカーでは、 エカルは、 エカルは、 エカルはカーでは、 エカルはカー	0g 0g 0g 辺焼 テー 芋の昆布煮 甘酢生姜和え 14.8g 9.8g 13.7g 701mg 1.8g 5.701mg 40.3g 30.9g 44.8g 2108mg 5.3g 834kcal 46.4g 38.0g 76.7g	表 乳麦 麦 麦 397kcal 18. 1g 10. 3g 55. 6g 702mg 1. 8g 202kgal 50. 2g 32. 4g 170. 5g 2111mg 5. 3g 1413kcal 56. 3g 39. 5g 202. 4g	 ○ ★豚中高 エた脂炭ナ食 エた脂炭ナ食 エた脂炭ナ食 エた脂炭ナ塩 本ん質水ト塩 エた脂炭ナウ当ギく 物ム量 工た脂炭ナウ当ギく 物ム量 	200g 20g み焼風 の煮物 238kcal 13.5g 12.5g 16.2g 767mg 2.0g 38.4g 29.1g 48.3g 2232mg 5.7g 819kcal 46.3g 36.1g 76.5g	表 卵乳麦か 表 ご飯セット 431kcal 16.8g 13.0g 58.1g 768mg 2.0g ご飯セット 1199kcal 48.3g 30.6g 174.0g 2235mg 5.7g 1398kcal 56.2g 37.6g 202.2g	 ○ ★鶏ミひ食 エた脂炭ナ食 	200g Og ード焼き テー んも煮 トスープ おかず 227kcal 15.0g 13.5g 10.0g 573mg 1.5g 45.2g 30.0g 45.2g 2065mg 5.3g 816kcal 47.3g 37.0g 73.4g	表 乳麦 表 乳麦 14.0g 57.4mg 1.5g 57.4mg 1.5g 1.9g 3.1.5g 1.70.9g 2068mg 5.3g 1395kcal 57.2g 38.5g 199.1g	 ○ ★ 180g ○ ★ 180g ○ ★ 10g ○ ★ 10g	プルーツ2 20g カテーズソース 一の煮物 259kcal 17. 8g 14. 0g 15. 3g 689mg 1. 8g 39. 5g 31. 9g 45. 2g 1798mg 4. 6g 825kcal 47. 2g 38. 9g 73. 0g	200g 乳麦 麦 卵乳麦 1452kcal 21.1g 14.5g 57.2g 690mg 1.8g 1207kcal 49.4g 170.9g 1801mg 4.6g 1404kcal 57.1g 40.4g 198.7g
回 夕食 合計 合計(間食込)	◎ ★ は と は と は と は と は と は と ま と に に と い ば い し は に と ま と い ぱ に し は 東 い ト 生 な れ と い ぱ に し 相 ル ぱ に し 相 ル ぱ に し 相 ル ぱ に し 相 ル ぱ に し 相 ル ぱ に し 相 ル ぱ に し 相 ル ぱ に し も な で の フ 芽 に ち も で も で も で も で も で も で も で も で も で も	フルーツ2 Og 富香世和風あん おかか和え の和え物 おかず 206kcal 11. 7g 8. 9g 20. 6g 772mg 2. 0g おかず 617kcal 39. 1g 26. 4g 55. 5g 2232mg 5. 8g 814kcal 46. 8g 33. 4g 83. 3g 2308mg	200g 乳麦 乳麦 乳麦 399kcal 15.0g 9.4g 62.5g 773mg 2.0g ご飯セット 1196kcal 49.0g 27.9g 181.2g 2235mg 5.8g 1393kcal 56.7g 34.9g 200.0g 2311mg	◎ サイス 180g ◎ ★ホオ豚 キャベ 180g ◎ ★ホオ豚 キャベ 15 15 15 15 15 16 17 18 17 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18	Og Og Og 辺焼 テー 芋の昆布煮 甘酢生姜和え 14.8g 9.8g 13.7g 701mg 1.8g 5.701mg 40.3g 30.9g 44.8g 2108mg 5.3g 834kcal 46.4g 38.0g 76.7g 2182mg	表 乳麦 麦 麦 397kcal 18.1g 10.3g 55.6g 702mg 1.8g 202kcal 50.2g 32.4g 170.5g 2111mg 5.3g 1413kcal 56.3g 39.5g 202.4g 2185mg	 ○★豚中高 エた脂炭ナ食 エた脂炭ナ食 エた脂炭ナ食 エた脂炭ナウ エた脂炭ウ エた・エルプラ エた脂炭ウ エた脂炭ウ エた脂炭ウ<td>200g 20g 20g み焼風 の煮物 238kcal 13.5g 16.2g 767mg 2.0g おかず 620kcal 38.4g 29.1g 48.3g 2232mg 5.7g 819kcal 46.3g 36.1g 76.5g 2308mg</td><td>表 卵乳麦か 表 ご飯セット 431kcal 16.8g 13.0g 58.1g 768mg 2.0g ご飯セット 1199kcal 48.3g 30.6g 174.0g 2235mg 5.7g 1398kcal 56.2g 37.6g 202.2g 2311mg</td><td>◎●★鶏ミひ食 エた脂炭ナ食 エた脂炭ナ食 エた脂炭ナ ない質がある。 「一覧がある。」 「「ではないないではないない。」 「ではないないではないないではない。」 「ではないないではないないでは、 「ではないないでは、 「ではないないないないないないないないないないないないないないないないないないない</td><td>200g Og ード焼き テー んも煮 トスープ おかず 227kcal 15.0g 10.0g 573mg 1.5g 45.2g 30.0g 45.2g 2065mg 5.3g 816kcal 47.3g 37.0g 73.4g 2141mg</td><td>表 乳麦 表 乳麦 14.0g 51.9g 14.0g 574mg 1.5g 196kcal 49.3g 31.5g 170.9g 2068mg 5.3g 1395kcal 57.2g 38.5g 199.1g 2144mg</td><td>◎ ● 180g</td><td>おかず 259kcal 17. 8g 14. 0g 15. 3g 689mg 1. 8g 568kcal 39. 5g 31. 9g 45. 2g 1798mg 4. 6g 825kcal 47. 2g 38. 9g 73. 0g 1874mg</td><td>200g 乳麦 麦 卵乳麦 1452kcal 21.1g 14.5g 57.2g 690mg 1.8g 1207kcal 49.4g 170.9g 1801mg 4.6g 1404kcal 57.1g 40.4g 1877mg</td>	200g 20g 20g み焼風 の煮物 238kcal 13.5g 16.2g 767mg 2.0g おかず 620kcal 38.4g 29.1g 48.3g 2232mg 5.7g 819kcal 46.3g 36.1g 76.5g 2308mg	表 卵乳麦か 表 ご飯セット 431kcal 16.8g 13.0g 58.1g 768mg 2.0g ご飯セット 1199kcal 48.3g 30.6g 174.0g 2235mg 5.7g 1398kcal 56.2g 37.6g 202.2g 2311mg	◎●★鶏ミひ食 エた脂炭ナ食 エた脂炭ナ食 エた脂炭ナ ない質がある。 「一覧がある。」 「「ではないないではないない。」 「ではないないではないないではない。」 「ではないないではないないでは、 「ではないないでは、 「ではないないないないないないないないないないないないないないないないないないない	200g Og ード焼き テー んも煮 トスープ おかず 227kcal 15.0g 10.0g 573mg 1.5g 45.2g 30.0g 45.2g 2065mg 5.3g 816kcal 47.3g 37.0g 73.4g 2141mg	表 乳麦 表 乳麦 14.0g 51.9g 14.0g 574mg 1.5g 196kcal 49.3g 31.5g 170.9g 2068mg 5.3g 1395kcal 57.2g 38.5g 199.1g 2144mg	◎ ● 180g	おかず 259kcal 17. 8g 14. 0g 15. 3g 689mg 1. 8g 568kcal 39. 5g 31. 9g 45. 2g 1798mg 4. 6g 825kcal 47. 2g 38. 9g 73. 0g 1874mg	200g 乳麦 麦 卵乳麦 1452kcal 21.1g 14.5g 57.2g 690mg 1.8g 1207kcal 49.4g 170.9g 1801mg 4.6g 1404kcal 57.1g 40.4g 1877mg
回 夕食 合計 合計(間食込)	◎ ★ は と は と は と は と は と は と ま い に と は と ま い に と は と ま い に い に と ま い に い に い に か に き と ま い に い に が し り 出 に い に な 来 い に が し り 出 に い に れ い で れ い で は い に い れ い で は い に い れ い で は い に い れ い で り 当 ギ く く 物 し 当 ギ く と 物 し 当 ギ く と 物 し 当 ギ く と 物 し 当 ギ く と 物 し 当 ギ く と 物 し 当 ギ く と 物 し 当 ギ く と 物 し 当 ギ く と 物 し 当 ギ く と か し 当 ギ く と か し 当 ギ く と か し 当 ギ く と か し 当 ギ く と か し 当 ギ く と か し 当 ギ く と か し 当 ギ く と か し 当 ギ く と か し 当 ギ く と か し 当 ギ く と か し 当 ギ く と か し 当 ギ く と か し 当 ギ く と か し 当 ギ く と か し 当 ギ く と か し 当 ギ く と か し か し 当 ギ く と か し か し 当 ギ く と か し か し か し か し か し か し か し か し か し か	フルーツ2 Og 富香世和風あん おかが和え の和え物 おかず 206kcal 11. 7g 8. 9g 20. 6g 772mg 2. 0g おかず 617kcal 39. 1g 26. 4g 55. 5g 2232mg 5. 8g 814kcal 46. 8g 33. 4g 83. 3g 2308mg 5. 9g	200g 乳麦 乳麦 乳麦 399kcal 15.0g 9.4g 62.5g 773mg 2.0g 2.0g 2.0g 2.7 9g 181.2g 2235mg 5.8g 1393kcal 56.7g 34.9g 209.0g 2311mg 5.9g	 ○ 牛 ホオ豚 キャベ 工 た 脂炭ナ 食 エ た 脂炭ナ し エ た 脂炭 ナ し エ た に <l< td=""><td>0g 0g 0g 辺焼 テー 芋の昆布煮 甘酢生姜和え 14.8g 9.8g 13.7g 701mg 1.8g 5.701mg 40.3g 30.9g 44.8g 2108mg 5.3g 834kcal 46.4g 38.0g 76.7g</td><td>表 乳麦 麦 麦 397kcal 18. 1g 10. 3g 55. 6g 702mg 1. 8g 202kgal 50. 2g 32. 4g 170. 5g 2111mg 5. 3g 1413kcal 56. 3g 39. 5g 202. 4g 2185mg</td><td> ○ ★豚中高 エた脂炭ナ食 エた脂炭ナ食 エた脂炭ナ食 エた脂炭ナ塩 本ん質水ト塩 エた脂炭ナウ当ギく 物ム量 工た脂炭ナウ当ギく 物ム量 </td><td>200g 20g み焼風 の煮物 238kcal 13.5g 12.5g 16.2g 767mg 2.0g 38.4g 29.1g 48.3g 2232mg 5.7g 819kcal 46.3g 36.1g 76.5g</td><td>表 卵乳麦か 表 ご飯セット 431kcal 16.8g 13.0g 58.1g 768mg 2.0g ご飯セット 1199kcal 48.3g 30.6g 174.0g 2235mg 5.7g 1398kcal 56.2g 37.6g 202.2g 2311mg 5.9g</td><td> ○ ★鶏ミひ食 エた脂炭ナ食 </td><td>200g 0g ード焼き テー んも煮 トスープ 227kcal 15.0g 13.5g 10.0g 573mg 1.5g 39.4g 30.0g 45.2g 2065mg 5.3g 816kcal 47.3g 37.0g 73.4g 2141mg 5.5g</td><td>表 乳麦 乳麦 乳麦 乳麦 14.0g 51.9g 574mg 1.5g 1196kcal 49.3g 31.5g 170.9g 2068mg 5.3g 1395kcal 57.2g 38.5g 199.1g 2144mg 5.5g</td><td> ○ 件 ○ 件 ○ 件 ○ 上 ○ 上<td>おかず 259kcal 17.8g 14.0g 15.3g 689mg 1.8g 530.5g 31.9g 45.2g 1798mg 4.6g 825kcal 47.2g 38.9g 73.0g 1874mg 4.8g</td><td>200g 乳麦 麦 卵乳麦 452kcal 21.1g 14.5g 57.2g 690mg 1.8g - 1207kcal 49.4g 33.4g 170.9g 1801mg 4.6g 1404kcal 57.1g 40.4g 198.7g 1877mg 4.8g</td></td></l<>	0g 0g 0g 辺焼 テー 芋の昆布煮 甘酢生姜和え 14.8g 9.8g 13.7g 701mg 1.8g 5.701mg 40.3g 30.9g 44.8g 2108mg 5.3g 834kcal 46.4g 38.0g 76.7g	表 乳麦 麦 麦 397kcal 18. 1g 10. 3g 55. 6g 702mg 1. 8g 202kgal 50. 2g 32. 4g 170. 5g 2111mg 5. 3g 1413kcal 56. 3g 39. 5g 202. 4g 2185mg	 ○ ★豚中高 エた脂炭ナ食 エた脂炭ナ食 エた脂炭ナ食 エた脂炭ナ塩 本ん質水ト塩 エた脂炭ナウ当ギく 物ム量 工た脂炭ナウ当ギく 物ム量 	200g 20g み焼風 の煮物 238kcal 13.5g 12.5g 16.2g 767mg 2.0g 38.4g 29.1g 48.3g 2232mg 5.7g 819kcal 46.3g 36.1g 76.5g	表 卵乳麦か 表 ご飯セット 431kcal 16.8g 13.0g 58.1g 768mg 2.0g ご飯セット 1199kcal 48.3g 30.6g 174.0g 2235mg 5.7g 1398kcal 56.2g 37.6g 202.2g 2311mg 5.9g	 ○ ★鶏ミひ食 エた脂炭ナ食 	200g 0g ード焼き テー んも煮 トスープ 227kcal 15.0g 13.5g 10.0g 573mg 1.5g 39.4g 30.0g 45.2g 2065mg 5.3g 816kcal 47.3g 37.0g 73.4g 2141mg 5.5g	表 乳麦 乳麦 乳麦 乳麦 14.0g 51.9g 574mg 1.5g 1196kcal 49.3g 31.5g 170.9g 2068mg 5.3g 1395kcal 57.2g 38.5g 199.1g 2144mg 5.5g	 ○ 件 ○ 件 ○ 件 ○ 上 ○ 上<td>おかず 259kcal 17.8g 14.0g 15.3g 689mg 1.8g 530.5g 31.9g 45.2g 1798mg 4.6g 825kcal 47.2g 38.9g 73.0g 1874mg 4.8g</td><td>200g 乳麦 麦 卵乳麦 452kcal 21.1g 14.5g 57.2g 690mg 1.8g - 1207kcal 49.4g 33.4g 170.9g 1801mg 4.6g 1404kcal 57.1g 40.4g 198.7g 1877mg 4.8g</td>	おかず 259kcal 17.8g 14.0g 15.3g 689mg 1.8g 530.5g 31.9g 45.2g 1798mg 4.6g 825kcal 47.2g 38.9g 73.0g 1874mg 4.8g	200g 乳麦 麦 卵乳麦 452kcal 21.1g 14.5g 57.2g 690mg 1.8g - 1207kcal 49.4g 33.4g 170.9g 1801mg 4.6g 1404kcal 57.1g 40.4g 198.7g 1877mg 4.8g

※商品はチルド品なので喫食日まで冷蔵庫に入れて保管ください。

※お召上がりについて、商品は消費期限内にお召上がりください。

※「◎」は間食になります。間食はメニューを参考にして各家庭で御用意ください。

※本品は消費者庁許可の特別用途食品(病者用食品)ではありません。
※食事療法としてご利用する場合は事前に主治医にご相談ください。
※おかずのみの組合員様は★印のものは各家庭にて御用意ください。

お食事の作り方



①惣菜は全てチルドで 真空包装されています。 ②ご利用までは冷蔵庫にて 保管します。

③温かく召上がるメニュー は湯煎で温めます。又は お皿に移してから、ラップ をして電子レンジを かけます



④冷たく召上がるメニューはそのまま開封して盛付けます。





⑤ごはん、味噌汁と共に 器に盛り付けして 完了です。 注)味噌汁はつきません

- ●湯煎は水の状態から惣菜のパックを入れて 火をかけます。沸騰したら火を止めて 5~10分程度保温して下さい。
- ●簡単な付け合わせを付けますと、よりきれいに 盛付ける事が出来ます。



週間献立表(たんぱく40g管理食)

		プいしかわ						Handa Ha	y \	1					
	7月1	15日(月)	7月	16日(少	()	7月	17日(水	()	7月	18日(オ	()	7月	19日(金	})
	品名		アレルゲン	品		アレルゲン	品		アレルゲン	品		アレルゲン			アレルゲン
			アレルケン			アレルケン			アレルケン			アレルケン			アレルケン
	★ごはん150g			★ごはん15	0g		★ごはん15	0g		★ごはん15	00g	_,	★ごはん150		
	肉団子の甘酢		卵乳麦	オムレツ		卵麦	じゃが芋とほうれ	ん草のそほろ煮 ***		鶏肉のデミグ	ラス煮込み	乳麦	揚げ真丈の柚子		卵麦
	豚肉と白菜のトマ		乳麦	和風あんから	めソース	麦	大根の柚香			ジャガ芋の			麩の野菜あ		麦
	キャベツとザー	-サイ炒め		コンニャクの			ハムの和風	サフタ	卵乳麦	コンニャクの	り半味炒め	乳麦洛	ひき肉と里芋	-の味噌煮	乳麦
				さつま芋サ	フグ	卵乳麦									
	<u> </u>	45 1. 48°	AF. I		45.1.48			45.1.48	AF. 1		45.1.48	AF 1 1	١,	Ls 1. LS	- `∧⊏⊥ ⊥
朝		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット	- 	おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット
食		262kcal		エネルギー	244kcal	48/KCa1	エネルギー	229kcal		エネルギー	171kcal		エネルギー	216kcal	459kcal
	たんぱく質	8. 1g		たんぱく質	6. 1g	10. Zg	たんぱく質	5. 6g	9.7g	たんぱく質	6. 4g	10.5g	たんぱく質	5. 6g	9. 7g
	脂質	15. 7g 22. 0g		脂質	11. 7g	12.3g 81.6g	脂質 炭水化物	13. 9g	14.5g 73.0g	脂質 炭水化物	8. 1g 18. 8g	8.7g	<u>脂質</u> 炭水化物	9. 6g 25. 8g	10. 2g 78. 6g
	炭水化物 ナトリウム			<u>炭水化物</u> ナトリウム	28.8g 675mg		<u>灰水化物</u> ナトリウム	20. 2g	73.0g 509mg	<u>灰水16物</u> ナトリウム	510mg	/ 1. 0g	歴代222/1	23. og 681mg	76. 0g 682mg
	カリウム	668mg 465mg	526mg	カリウム	317mg	378mg	カリウム	508mg 420mg	481mg		325mg	206mg	ナトリウム カリウム	392mg	453mg
		405111g 115mg	180mg	<u>カララム</u>	115mg	180mg	<u> カリワム</u>	97mg	162mg	カリウム リン	75mg	140mg	リン	87mg	152mg
	食塩相当量	1.7g		サン 食塩相当量			リン 食塩相当量		1.3g	リン 食塩相当量			食塩相当量		1.7g
			1. /g	<u> </u>			<u> </u>		I. og	<u>艮塩竹∋里</u> ★ごはん15		I. Jg	<u> </u>		1. /g
	カレイのカレ			メンチカツ			塩ダレポー			ひじきと野菜の豆		到丰	チキンのオイ		卵麦
	ミックスソテ		乳麦	インゲンソ			さつま揚げと小			人参のレモ	. 、	乳麦	チンゲン菜	ソテー	乳麦乳麦
	かぼちゃの〓		麦	-ファファ 春雨の甘酢			ポテトサラ			ナスと麩の			さつま芋のコ		
	クリームコロ		え 乳麦か	レインボー		卵麦	,,,,,,			バジルポテ		100万	揚ナスの煮		麦
	,	. ,	7027			31.5					. , , , -	513705	1937 - 1 - 2 ////	173	~
	l r	おかず	ご飯セット	İ	おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット	1	おかず	ご飯セット	i I	おかず	ご飯セット
昼金				エネルギー	407kcal		エネルギー		584kcal	エネルギー	378kcal		エネルギー	357kcal	600kcal
食		11. 5g		たんぱく質	7. 9g		たんぱく質	11. 1g	15. 2g	たんぱく質	11. 7g	15. 8g	たんぱく質	13. 3g	17. 4g
	脂質	15. 7g		脂質	24. 1g	24. 7g	脂質	21.5g	22. 1g	脂質 炭水化物	22. 1g	22. 7g	脂質 炭水化物	20. 4g	21.0g
	炭水化物	30.6g	83. 4g	炭水化物	38. 2g	91. 0g	炭水化物	22. 5g	75.3g	炭水化物	33.5g	86. 3g	炭水化物	30. 0g	82.8g
	ナトリウム	244mg	245mg	ナトリウム	686mg	687mg	ナトリウム	727mg	728mg	ナトリウム	682mg	683mg	ナトリウム	647mg	648mg
	カリウム	615mg		カリウム	291mg	352mg	カリウム	554mg	615mg	カリウム リン	421mg	482mg	ナトリウム カリウム	606mg	667mg
	リン	157mg		リン	99mg	164mg	リン	157mg			111mg	176mg	リン	145mg	210mg
	食塩相当量	0. 6g		食塩相当量			食塩相当量			食塩相当量		1.7g	食塩相当量		1. 6g
間食		75g		◎みかん(台			◎パイナッ			◎黄桃(缶)			◎みかん(缶		
	★ごはん150g			★ごはん15			★ごはん15			★ごはん15			★ごはん15		
	豚肉のお好み		麦	ヤンニョム			白身魚の竜			肉野菜炒め		麦	鯖のトマトバ		乳麦
	マカロニの和原 ジャーマンオ		乳麦	うま塩キャ	ヘツ	麦か	きのこあん			ジャガ芋とき 春雨のマヨネ			きのことじゃが芋 大根の甘酢:		
	コンヤーマンル		乳麦	竹輪の五色			小倉金時			I苷附のマコィ	トース炒め	乳乳麦		浿り	
		. , ,		和国ラコラ	ブ和っ		7 + 7 - 4	ニガ					TO THE HEI		
		., ,		和風マヨネ	一ズ和え		マカロニサ	ラダ	卵麦				, and a second		
	_			和風マヨネ			マカロニサ		卵麦		しむかざ	一、各屋もれ		む かず	一学名によった。
夕	Г	おかず	ご飯セット		おかず	ご飯セット		おかず	卵麦 ご飯セット		おかず 415kcal	ご飯セット 658kcal	 	おかず 401kcal	ご飯セット 6/4kcal
夕食	エネルギー(おかず 406kcal	ご飯セット 649kcal	エネルギー	おかず 344kcal	ご飯セット 587kcal	エネルギー	おかず 400kcal	卵麦 ご飯セット 643kcal	エネルギー	415kcal	658kcal	エネルギー	401kcal	644kcal
	エネルギー / たんぱく質	おかず 406kcal 11.2g	ご飯セット 649kcal 15.3g	エネルギー たんぱく質	おかず 344kcal 14.0g	ご飯セット 587kcal 18.1g	エネルギー たんぱく質	おかず 400kcal 13.9g	卵麦 ご飯セット 643kcal 18.0g	エネルギー たんぱく質	415kcal 9.6g	658kcal 13.7g	エネルギー たんぱく質	401kcal 11.5g	644kcal 15.6g
	エネルギー / たんぱく質 脂質	おかず 406kcal 11.2g 25.4g	ご飯セット 649kcal 15.3g 26.0g	エネルギー たんぱく質 脂質	おかず 344kcal 14.0g 21.0g	ご飯セット 587kcal 18.1g 21.6g	エネルギー たんぱく質 脂質	おかず 400kcal 13.9g 20.4g	卵麦 ご飯セット 643kcal 18.0g 21.0g	エネルギー たんぱく質 脂質	415kcal 9.6g 26.6g	658kcal 13.7g 27.2g	エネルギー たんぱく質 脂質	401kcal 11.5g 31.9g	644kcal 15.6g 32.5g
	エネルギー (たんぱく質) 脂質 炭水化物	おかず 406kcal 11.2g 25.4g 32.0g	ご飯セット 649kcal 15.3g 26.0g 84.8g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物	おかず 344kcal 14.0g 21.0g 24.4g	ご飯セット 587kcal 18.1g 21.6g 77.2g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物	おかず 400kcal 13.9g 20.4g 38.1g	卵麦 ご飯セット 643kcal 18.0g 21.0g 90.9g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物	415kcal 9. 6g 26. 6g 32. 3g	658kcal 13. 7g 27. 2g 85. 1g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物	401kcal 11.5g 31.9g 16.5g	644kcal 15.6g 32.5g 69.3g
	エネルギー / たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム	おかず 406kcal 11.2g 25.4g 32.0g 806mg	ご飯セット 649kcal 15.3g 26.0g 84.8g 807mg	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム	おかず 344kcal 14.0g 21.0g 24.4g 844mg	ご飯セット 587kcal 18.1g 21.6g 77.2g 845mg	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム	おかず 400kcal 13.9g 20.4g 38.1g 455mg	卵麦 ご飯セット 643kcal 18.0g 21.0g 90.9g 456mg	エネルギー たんぱく質 脂質	415kcal 9.6g 26.6g 32.3g 702mg	658kcal 13. 7g 27. 2g 85. 1g 703mg	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム	401kcal 11.5g 31.9g 16.5g	644kcal 15. 6g 32. 5g 69. 3g 562mg
	エネルギー かたんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム カリウム リン	おかず 406kcal 11.2g 25.4g 32.0g 806mg 545mg	ご飯セット 649kcal 15.3g 26.0g 84.8g 807mg 606mg	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム カリウム	おかず 344kcal 14.0g 21.0g 24.4g 844mg 410mg	ご飯セット 587kcal 18.1g 21.6g 77.2g 845mg 471mg	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム カリウム	おかず 400kcal 13.9g 20.4g 38.1g 455mg 452mg	卵麦 ご飯セット 643kcal 18.0g 21.0g 90.9g 456mg 513mg	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム カリウム	415kcal 9.6g 26.6g 32.3g 702mg 515mg	658kcal 13.7g 27.2g 85.1g 703mg 576mg	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム カリウム	401kcal 11.5g 31.9g 16.5g 561mg 530mg	644kcal 15.6g 32.5g 69.3g 562mg 591mg
	エネルギー / たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム	おかず 406kcal 11.2g 25.4g 32.0g 806mg	ご飯セット 649kcal 15.3g 26.0g 84.8g 807mg 606mg 209mg	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム	おかず 344kcal 14.0g 21.0g 24.4g 844mg	ご飯セット 587kcal 18.1g 21.6g 77.2g 845mg 471mg 227mg	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム カリウム	おかず 400kcal 13.9g 20.4g 38.1g 455mg	原表 ご飯セット 643kcal 18.0g 21.0g 90.9g 456mg 513mg 268mg	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム カリウム	415kcal 9.6g 26.6g 32.3g 702mg 515mg 138mg	658kcal 13.7g 27.2g 85.1g 703mg 576mg 203mg	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム カリウム	401kcal 11.5g 31.9g 16.5g 561mg	644kcal 15. 6g 32. 5g 69. 3g 562mg
	エネルギー (たんぱく質) 脂質 (炭水化物) ナトリウム カリウム (サン) 食塩相当量	おかず 406kcal 11.2g 25.4g 32.0g 806mg 545mg 144mg 2.1g	ご飯セット 649kcal 15.3g 26.0g 84.8g 807mg 606mg 209mg 2.1g	エネルギーたんぱく質脂質 大小切り カリウム リン 食塩相当量	おかず 344kcal 14.0g 21.0g 24.4g 844mg 410mg 162mg	ご飯セット 587kcal 18. 1g 21. 6g 77. 2g 845mg 471mg 227mg 2. 1g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム カリウム りと 食塩相当量	おかず 400kcal 13.9g 20.4g 38.1g 455mg 452mg 203mg 1.2g	原表 ご飯セット 643kcal 18.0g 21.0g 90.9g 456mg 513mg 268mg 1.2g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム カリウム リン 食塩相当量	415kcal 9.6g 26.6g 32.3g 702mg 515mg 138mg	658kcal 13.7g 27.2g 85.1g 703mg 576mg 203mg 1.8g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム カリウム リン 食塩相当量	401kcal 11.5g 31.9g 16.5g 561mg 530mg 150mg	644kcal 15.6g 32.5g 69.3g 562mg 591mg 215mg
	エネルギー がたんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム カリウム 曳塩相当量 エネルギー (おかず 406kcal 11.2g 25.4g 32.0g 806mg 144mg 2.1g おかず 976kcal	ご飯セット 649kcal 15.3g 26.0g 84.8g 807mg 606mg 209mg 2.1g ご飯セット 1705kcal	エネルギー たんぱく質 脂質、化物 ナトリウム カリウム リン 食塩相当量	おかず 344kcal 14.0g 21.0g 24.4g 844mg 410mg 162mg 2.1g かず 995kcal	ご飯セット 587kcal 18. 1g 21. 6g 77. 2g 845mg 471mg 227mg 2. 1g ご飯セット 1724kcal	エネルギー たんぱく質 脂質、化物 ナトリウム カリウム りな相当量 エネルギー	おかず 400kcal 13.9g 20.4g 38.1g 455mg 452mg 203mg 1.2g おかず 970kcal	卵麦 ご飯セット 643kcal 18.0g 21.0g 90.9g 456mg 513mg 268mg 1.2g ご飯セット 1699kcal	エネルギー たんぱく質脂質 炭水化物 ナトリウム リン 食塩相当量	415kcal 9.6g 26.6g 32.3g 702mg 515mg 138mg 1.8g おかず 964kcal	658kcal 13.7g 27.2g 85.1g 703mg 576mg 203mg 1.8g 二飯セット 1693kcal	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム フンシー 食塩相当量 エネルギー	401kcal 11.5g 31.9g 16.5g 561mg 530mg 150mg 1.4g かず 974kcal	644kcal 15. 6g 32. 5g 69. 3g 562mg 591mg 215mg 1. 4g 二飯セット
	エネルギー かたんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム カリン 食塩相当量 エネルギー りたんぱく質	おかず 406kcal 11.2g 25.4g 32.0g 806mg 545mg 144mg 2.1g おかず 976kcal 30.8g	ご飯セット 649kcal 15.3g 26.0g 84.8g 807mg 606mg 2.09mg 2.1g ご飯セット 1705kcal 43.1g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム カリウム リウム カリン 食塩相当量 エネルギー たんぱく質	おかず 344kcal 14.0g 21.0g 24.4g 844mg 410mg 162mg 2.1g おかず 995kcal 28.0g	ご飯セット 587kcal 18.1g 21.6g 77.2g 845mg 471mg 227mg 2.1g ご飯セット 1724kcal 40.3g	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 ナトリウム カリン 食塩相当量 エネルギー たんぱく 質	おかず 400kcal 13.9g 20.4g 38.1g 455mg 452mg 203mg 1.2g おかず 970kcal 30.6g	卵麦 ご飯セット 643kcal 18.0g 21.0g 90.9g 456mg 513mg 268mg 1.2g ご飯セット 1699kcal 42.9g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム カリン 塩相当量 エネルギー質	415kcal 9. 6g 26. 6g 32. 3g 702mg 515mg 138mg 1. 8g 参かす 964kcal 27. 7g	658kcal 13.7g 27.2g 85.1g 703mg 576mg 203mg 1.8g 二飯セット 1693kcal 40.0g	エネルギー たんぱく質 脂質 大化物 ナトリウム カリン 塩相 当量 エネルギー たんぱく質	401kcal 11.5g 31.9g 16.5g 561mg 530mg 150mg 1.4g おかず 974kcal 30.4g	644kcal 15. 6g 32. 5g 69. 3g 562mg 215mg 1. 4g 215mg 1. 4g 1703kcal 42. 7g
	エネルギー 作 たんぱく質 脂質 エネルギー 気塩相当量 エネルギー 気 たんぱく質 脂質	おかず 406kcal 11.2g 25.4g 32.0g 806mg 545mg 144mg 2.1g おかず 976kcal 30.8g 56.8g	ご飯セット 649kcal 15.3g 26.0g 84.8g 807mg 606mg 2.1g ご飯セット 1705kcal 43.1g 58.6g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム カリウム リン	おかず 344kcal 14.0g 21.0g 24.4g 844mg 410mg 162mg 2.1g おかず 995kcal 28.0g 56.8g	ご飯セット 587kcal 18. 1g 21. 6g 77. 2g 845mg 471mg 22. 1g 22. 1g ご飯セット 1724kcal 40. 3g 58. 6g	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化物 ナトリウム カリン 食塩相当量 エネルギー たんぱく 脂質	おかず 400kcal 13.9g 20.4g 38.1g 455mg 452mg 203mg 1.2g おかず 970kcal 30.6g 55.8g	卵麦 ご飯セット 643kcal 18.0g 21.0g 90.9g 456mg 513mg 268mg 1.2g ご飯セット 1699kcal 42.9g 57.6g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム カリウム カリン 食塩相当量 エネルギー たんぱく質 脂質	415kcal 9 6g 26 6g 32 3g 702mg 515mg 138mg 138mg 964kcal 27 7g 56 8g	658kcal 13.7g 27.2g 85.1g 703mg 576mg 203mg 1.8g 二飯セット 1693kcal 40.0g 58.6g	エネルギー たんぱく質 脂炭水化物 ナトリウム カリン 食塩相当量 エネルギー たんぱく質 上れ ガリン 日本 日本 アンドラ アンドラ アンドラ アンドラ アンドラ アンドラ アンドラ アンドラ	401kcal 11.5g 31.9g 16.5g 561mg 530mg 150mg 1.4g おかず 974kcal 30.4g 61.9g	644kcal 15.6g 32.5g 69.3g 562mg 215mg 1.4g 215mg 1.703kcal 42.7g 63.7g
	エネルギー かたんぱく質 脂質 大水化物 カリウム カリウム カリウム サービス はく 質 本本ルギー にたんぱく質 脂質 大大 に 質 に たんぱく 質 脂質 大水化物	おかず 406kcal 11.2g 25.4g 32.0g 806mg 144mg 2.1g おかず 976kcal 30.8g 56.8g 84.6g	ご飯セット 649kcal 15.3g 26.0g 84.8g 807mg 606mg 209mg 2.1g ご飯セット 1705kcal 43.1g 58.6g 243.0g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム カリン 食塩相当量 エネルギー 質 上 たんぱく質 ボスルギー 質 水化物 大力 リン は 田	おかず 344kcal 14. 0g 21. 0g 24. 4g 844mg 410mg 162mg 2. 1g おかず 995kcal 28. 0g 56. 8g 91. 4g	ご飯セット 587kcal 18.1g 21.6g 77.2g 845mg 471mg 22.7mg 22.1g こ飯セット 1724kcal 40.3g 58.6g 249.8g	エネルギーたんぱく かかい かいかい かいかい かいかい かいかい かいかい かいかい かいか	おかず 400kcal 13.9g 20.4g 38.1g 455mg 452mg 203mg 1.2g おかず 970kcal 30.6g 55.8g 80.8g	卵麦 ご飯セット 643kcal 18.0g 21.0g 90.9g 456mg 513mg 268mg 1.2g ご飯セット 1699kcal 42.9g 57.6g 239.2g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム カリン 食塩相当量 エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物	415kcal 9. 6g 26. 6g 32. 3g 702mg 515mg 1. 8g 1. 8g 歩かす 964kcal 27. 7g 56. 8g 84. 6g	658kcal 13.7g 27.2g 85.1g 703mg 576mg 203mg 1.8g 1693kcal 40.0g 58.6g 243.0g	エネルギー たんぱく質 脂水化物 ナトリウム カリン 塩相 当量 エネルばく質 エネルばく 質 上 なんぱく 質 上 たんぱく 質 版水化物	401kcal 11.5g 31.9g 16.5g 561mg 530mg 150mg 1.4g おかず 974kcal 30.4g 61.9g 72.3g	644kcal 15.6g 32.5g 69.3g 562mg 591mg 215mg 1.4g 二飯セット 1703kcal 42.7g 63.7g 230.7g
	エネルギー たんぱく質 脂炭水化物 ナトリウム カリウム 東塩相当量 エネルギー にたんぱく質 脂質 ボルギー リカル・カリウム カリウム ナトリウム カリウム カリウム カリウム カリウム カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カ	おかず 406kcal 11.2g 25.4g 32.0g 806mg 545mg 1.44mg 2.1g おかず 976kcal 30.8g 56.8g 84.6g 1718mg	ご飯セット 649kcal 15.3g 26.0g 84.8g 807mg 606mg 2.1g 2.1g ご飯セット 1705kcal 43.1g 58.6g 243.0g 1721mg	エネルギーたんぱく質脂質 炭水化物 ナトリウム カリン 食塩相当量 エネルギー 質 水化物 ナトリウム ナトリウム ナトリウム ナトリウム ポープ 大人ぱく質 ポープ カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カー・カ	おかず 344kcal 14. 0g 21. 0g 24. 4g 844mg 410mg 162mg 2. 1g おかず 995kcal 28. 0g 56. 8g 91. 4g 2205mg	ご飯セット 587kcal 18.1g 21.6g 77.2g 845mg 471mg 22.7mg 22.7mg 1724kcal 40.3g 58.6g 249.8g 2208mg	エネルギーたんぱく 物 ナトリウム カリン 塩相 ギー質 ホルポく カリン 塩相 ギー質 上 たんぱ 大 トリウム カリン カリン カリン カリン カリン カリン カード・カード・カード・カード・カード・カード・カード・カード・カード・カード・	おかず 400kcal 13.9g 20.4g 38.1g 455mg 452mg 203mg 1.2g おかず 970kcal 30.6g 55.8g 80.8g 1690mg	所表 ご飯セット 643kcal 18.0g 21.0g 90.9g 456mg 51.2g こ飯セット 1699kcal 42.9g 57.6g 239.2g 1693mg	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化ウム カリウム カリン 食塩相当量 エネルギー質 炭水化物 ナトリウム	415kcal 9 6g 26 6g 32 3g 702mg 515mg 138mg 138mg 964kcal 27 7g 56 8g 84 6g 1894mg	658kcal 13.7g 27.2g 85.1g 703mg 576mg 203mg 1.8g 二飯セット 1693kcal 40.0g 58.6g 243.0g 1897mg	エネルギー たんぱく質 脂水化物 ナトリウム カリン 食塩相当量 エネルばく質 エネルばく カリン は相当量 エネルばく質 脱水化物 ナトリウム	401kcal 11.5g 31.9g 16.5g 561mg 530mg 150mg 1.4g おかず 974kcal 30.4g 61.9g 72.3g 1889mg	644kcal 15.6g 32.5g 69.3g 562mg 591mg 215mg 1.4g 1703kcal 42.7g 63.7g 230.7g 1892mg
	エネルギー たんぱく質 脂炭水化物 ナトリウム カリン 食塩相当量 エネルギー にんぱく質 脂炭水化物 カリンカリン カリンカリンカリンカリンカリウム	おかず 406kcal 11.2g 25.4g 32.0g 806mg 545mg 144mg 2.1g まかず 976kcal 30.8g 56.8g 84.6g 1718mg 1625mg	ご飯セット 649kcal 15.3g 26.0g 84.8g 807mg 606mg 209mg 2.1g ご飯セット 1705kcal 43.1g 58.6g 243.0g 1721mg 1808mg	エネルギー たんぱく 物 大トリウム カリン 塩相 半一 質 上 たんぱく かっと	おかず 344kcal 14. 0g 21. 0g 24. 4g 844mg 410mg 162mg 2. 1g おかず 995kcal 28. 0g 56. 8g 91. 4g 2205mg 1018mg	ご飯セット 587kcal 18.1g 21.6g 77.2g 845mg 471mg 227mg 227mg 2.1g こ飯セット 1724kcal 40.3g 58.6g 249.8g 2208mg 1201mg	エネルギーたんぱ 物 ナトリウム カリン塩 ルルぱく 物 エネルば か ナトリウム カリン塩相 ギー質 水のぱ 水の 当量 アルパ カリウムカリウムカリウムカリウム	## ## ## ## ## ## ## ## ## ## ## ## ##	所表 ご飯セット 643kcal 18 0g 21 0g 90 9g 456mg 5136mg 268mg 268mg 1699kcal 42 9g 57 6g 239 2g 1693mg 1609mg	エネルギー たんぱく かかい かいがく かいがく かいがく かいかい かいかい かいかい かいかい	415kcal 9 6g 26 6g 32 3g 702mg 515mg 138mg 1.8g 5.5v 3 964kcal 27.7g 56.8g 84.6g 1894mg 1261mg	658kcal 13.7g 27.2g 85.1g 703mg 576mg 203mg 1.8g 二飯セット 1693kcal 40.0g 58.6g 243.0g 1897mg 1444mg	エネルギー たんぱく質 脂水化物 ナトリウム カリン 電 当量 エネルぱく質 エネル は かり カリン は 当量 エカルぱく質 ボールぱく 質 ボール は カリウムカリウムカリウム	401kcal 11.5g 31.9g 16.5g 561mg 530mg 150mg 1.4g おかず 974kcal 30.4g 61.9g 72.3g 1889mg 1528mg	644kcal 15.6g 32.5g 69.3g 562mg 591mg 215mg 1.4g 1703kcal 42.7g 63.7g 230.7g 1892mg 1711mg
	エネルギー かたんぱく質 脂炭水化物 ナトリウム カリン 食塩相当量 エネルばく質 脱炭水化物 カリン カリン カリン カリン カリン カリン カリン カリウム カリウム カリウム リン	おかず 406kcal 11.2g 25.4g 32.0g 806mg 545mg 144mg 2.1g まかず 976kcal 30.8g 56.8g 84.6g 1718mg 1625mg 416mg	二飯セット 649kcal 15.3g 26.0g 84.8g 807mg 606mg 209mg 2.1g 二飯セット 1705kcal 43.1g 58.6g 243.0g 1721mg 1808mg 611mg	エネルギー たんぱく 脂質 ・	344kcal 14. 0g 21. 0g 24. 4g 844mg 410mg 162mg 2. 1g 355 3 995kcal 28. 0g 56. 8g 91. 4g 2205mg 1018mg 376mg	ご飯セット 587kcal 18.1g 21.6g 77.2g 845mg 471mg 227mg 227mg 2.1g ご飯セット 1724kcal 40.3g 58.6g 249.8g 2208mg 1201mg 571mg	エネルギー たんぱ 物 ナトリウム カリン 塩相 ギー を かんぱ 物 ナトリウム カリン 塩 本 ル ぱ く を で で で で で で で で で で で で で で で で で で で	## ## ## ## ## ## ## ## ## ## ## ## ##	原表 ご飯セット 643kcal 18.0g 21.0g 90.9g 456mg 513mg 268mg 1.2g ご飯セット 1699kcal 42.9g 57.6g 239.2g 1693mg 1609mg 652mg	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化ウム カリウム リシ 塩相当量 エネルばく 脂質 化物 ナトリウム リシ 塩相 当量 大トリウム カリン カリン も たんぱく カリン も たんぱく カリン も たんぱく カリン も たんぱく カリン も たんぱく カリン も たんぱく も たん と たん と たん と たん と たん と たん と と たん と たん と たん と たん と たん と たん と たん と たん と た と と と と	415kcal 9 6g 26 6g 32 3g 702mg 515mg 138mg 1.8g 35.7 7 56.8g 84.6g 1894mg 1261mg 324mg	658kcal 13. 7g 27. 2g 85. 1g 703mg 576mg 203mg 1. 8g 二飯セット 1693kcal 40. 0g 58. 6g 243. 0g 1897mg 1444mg 519mg	エネルギー たんぱく質 脂水化物 ナトリウム カリン 食塩相当量 エネルぱく質 上 なんぱく カリン は相当量 エネルぱく質 水化物 ナトリウムカリン	401kcal 11.5g 31.9g 16.5g 561mg 530mg 150mg 1.4g 30.4g 61.9g 72.3g 1889mg 1528mg 382mg	644kcal 15.6g 32.5g 69.3g 562mg 591mg 215mg 1.4g 1703kcal 42.7g 63.7g 230.7g 1892mg 1711mg 577mg
	エネルギー・たんぱく質脂炭水化物ナトリウムリン食塩相当量にたんぱく質脆炭水化物ウムリン食塩の水で、カリンは、カリンは、カリンは、カリンは、カリウムリンは、カリウムリン食塩相当量	おかず 406kcal 11.2g 25.4g 32.0g 806mg 545mg 144mg 2.1g 30.8g 56.8g 84.6g 1718mg 1625mg 416mg 4.4g	二飯セット 649kca 15.3g 26.0g 84.8g 807mg 606mg 209mg 2.1g 二飯セット 1705kca 43.1g 58.6g 243.0g 1721mg 1808mg 611mg 4.4g	エネルギーでである。エネルは、カリウムカリン塩・ボークのでは、カリン塩・ボークのでは、カリン塩・ボークのでは、カリン塩・ボークのでは、カリン塩・ボークのでは、カリン塩・ボークのでは、カリン塩・ボークのでは、カリン塩・ボークのでは、カリン塩・ボークのでは、カリン塩・ボークのでは、カリン塩・ボークのでは、カリン塩・ボークのでは、カリン塩・ボークのでは、カリン塩・ボークのでは、カリン塩・ボールのでは、カリン塩・ボールのでは、カリン塩・ボールのでは、カリン塩・ボールのでは、カリン塩・ボールのでは、カリン塩・ボールのでは、カリン塩・ボールのでは、カリン塩・ボールのでは、カリン塩・ボールのでは、カリン塩・ボールのでは、カリン塩・ボールのでは、カリン塩・ボールのでは、カリン塩・ボールのでは、カリン塩・ボールのでは、カリンは、カリンは、カリンは、カリンは、カリンは、カリンは、カリンは、カリン	344kcal 14. 0g 21. 0g 24. 4g 844mg 410mg 162mg 2. 1g 35. 5 g 995kcal 28. 0g 56. 8g 91. 4g 2205mg 1018mg 376mg 5. 5g	ご飯セット 587kcal 18.1g 21.6g 77.2g 845mg 471mg 227mg 227mg 2.1g ご飯セット 1724kcal 40.3g 58.6g 249.8g 2208mg 1201mg 5.5g	エネルば、物・ナー質が、カリウム・サークのでは、カリン塩・サークのでは、カリン塩・サークのでは、カリン塩・サークのでは、カリン塩・サークのでは、カリン塩・サークのでは、カリン塩・サークのでは、カリン塩・サークのでは、カリン塩・サークのでは、カリン塩・サークのでは、カリン塩・サークのでは、カリン塩・サークのでは、カリン塩・サークのでは、カリン・カリン・カリン・カリン・カリン・カリン・カリン・カリン・カリン・カリン・	## ## ## ## ## ## ## ## ## ## ## ## ##	原表 ご飯セット 643kcal 18. 0g 21. 0g 90. 9g 456mg 513mg 268mg 1. 2g 二飯セット 1699kcal 42. 9g 57. 6g 239. 2g 1693mg 1609mg 652mg 4. 4g	エネルギー たんぱく 脂質 炭水化ウム カリン 塩本ルパイン 生ネルぱく 変化・サウム リウ塩相 ギー質 ボトリウム カリン 相当量 大トリウム カリン は変化・サウム カリン は変化・サウム カリン は変化・サウム カリン は変化・サウム カリン は変化・サウム カリン は変化・サウム カリン は変化・サウム カリン は変化・サウム カリン は変化・サウム カリン は変化・サウム カリン は変化・サウム カリン は変化・サウム カリン は変化・サウム カリン は変化・サウム カリン は変化・サウム カリン は変化・サウム カリン は変化・サウム カリン は変化・サウム カリン もの カリン カリン カリン カリン カリン カリン カリン カリン カリン カリン	415kcal 9. 6g 26. 6g 32. 3g 702mg 515mg 1.8mg 1.8g 3.3 y 964kcal 27. 7g 56. 8g 84. 6g 1894mg 1261mg 324mg 4. 8g	658kcal 13. 7g 27. 2g 85. 1g 703mg 576mg 203mg 1.8g 1693kcal 40. 0g 58. 6g 243. 0g 1897mg 1444mg 519mg 4.8g	エネルポースを関係があった。このでは、アンスを関係である。このでは、アンスを関係である。アンスを関係である。アンスを関係である。アンスを関係である。アンスを関係である。アンスを関係である。アンスを関係である。アンスを関係である。アンスを関係である。アンスを関係である。アンスを関係である。アンスを関係できない。アンスを関係できない。アンスを関係できない。アンスを関係できない。アンスを関係できない。アンスを対象を表する。アンスを対象を表する。アンスを対象を表する。アンスを対象を表する。アンスを対象を表する。アンスを、アンスを、アンスを、アンスを、アンスを、アンスを、アンスを、アンスを、	401kcal 11.5g 31.9g 16.5g 561mg 530mg 150mg 1.4g 30.4g 61.9g 72.3g 1889mg 1528mg 382mg 4.7g	644kcal 15.6g 32.5g 69.3g 562mg 215mg 1.4g 1703kcal 42.7g 63.7g 230.7g 1892mg 1711mg 577mg 4.7g
食 合計	エネルギー / たが / たんぱく 質	おかず 406kcal 11.2g 25.4g 32.0g 806mg 545mg 144mg 2.1g おかず 976kcal 30.8g 56.8g 84.6g 1718mg 1625mg 416mg 4.4g	二飯セット 649kcal 15.3g 26.0g 84.8g 807mg 606mg 209mg 2.1g 1705kcal 43.1g 58.6g 243.0g 1721mg 1808mg 611mg 4.4g	エネルば、物・ナカリウ塩・エネルば、水・リウム・サーク・カリン・相・ルー・カリン・相・ルー・カリン・相・ルー・カリン・カリン・カリン・カリン・カリン・カリン・カリン・カリン・カリン・カリン	344kcal 14. 0g 21. 0g 24. 4g 844mg 410mg 162mg 2. 1g 995kcal 28. 0g 56. 8g 91. 4g 2205mg 1018mg 376mg 5. 5g	ご飯セット 587kcal 18 1g 21 6g 77 2g 845mg 471mg 227mg 2 1g 1724kcal 40 3g 58 6g 249 8g 2208mg 1201mg 571mg 5.5g	エた脂炭ナカリ食エた脂炭ナカリ食エた脂炭ナカリな塩・ボークリン塩・ボークリン塩・ボークリン塩・ボークリン塩・ボークリン塩・ボークリン塩・ボークリン塩・ボークリン塩・ボークリン・ボークリン・ボーク・ボールは、ボーク・ボールは、ボーク・ボールは、ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・ボール・	## ## ## ## ## ## ## ## ## ## ## ## ##	所表 ご飯セット 643kcal 18. 0g 21. 0g 90. 9g 456mg 513mg 268mg 1. 2g ご飯セット 1699kcal 42. 9g 57. 6g 239. 2g 1693mg 1609mg 652mg 4. 4g	エネルギー を関する。 エネルば、 を関する。 カリン塩の エネルば、 では、 カリン塩の エネルば、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では、 では	415kcal 9. 6g 26. 6g 32. 3g 702mg 515mg 1.8g 27. 7g 964kcal 27. 7g 56. 8g 84. 6g 1894mg 1261mg 324mg 4. 8g	658kcal 13. 7g 27. 2g 85. 1g 703mg 576mg 203mg 1. 8g 1693kcal 40. 0g 58. 6g 243. 0g 1897mg 1444mg 519mg 4. 8g 1757kcal	エた脂炭ナカリ食エた脂炭ナカリ食エた脂炭ナカリカ塩・ボウム・ガン塩・ボウム・ガン塩・ボウム・ガン塩・ボウム・ガン塩・ボウム・ガー・ガー・ガー・ガー・ガー・ガー・ガー・ガー・ガー・ガー・ガー・ガー・ガー・	401kcal 11.5g 31.9g 16.5g 561mg 530mg 1.50mg 1.4g おかず 974kcal 30.4g 61.9g 72.3g 1889mg 1528mg 382mg 4.7g	644kcal 15 6g 32 5g 69 3g 562mg 215mg 1 4g 2 飯 セット 1703kcal 42 7g 63 7g 230 7g 1892mg 1711mg 577mg 4.7g
	エネルギー / たが	おかず 406kcal 11.2g 25.4g 32.0g 806mg 545mg 144mg 2.1g おかず 976kcal 30.8g 56.8g 84.6g 1718mg 1625mg 416mg 4.4g 040kcal 31.2g	二飯セット 649kcal 15.3g 26.0g 84.8g 807mg 606mg 209mg 2.1g 1705kcal 43.1g 58.6g 1721mg 1808mg 611mg 4.4g 1769kcal 43.5g	エネルば、物 オー質が、カリウム 関が、カリン塩が、カリウムができた。 エネん質が、イリウムができた。 エネん質が、イリウムができた。 エネんでは、カリウ塩が、イリウムができた。 エネんば、カリウムが、カリウは、カリウムが、カリウムが、カリウムが、カリウムが、カリウムが、カリウは、カリウはないのはないがでは、カリウはないがではないがではないがではないがではないがではないがではないがではないがで	344kcal 14. 0g 21. 0g 24. 4g 844mg 410mg 162mg 2. 1g 375kcal 28. 0g 56. 8g 91. 4g 2205mg 1018mg 376mg 5. 5g 1043kcal 28. 4g	ご飯セット 587kcal 18. 1g 21. 6g 77. 2g 845mg 471mg 227mg 2. 1g 1724kcal 40. 3g 2208mg 1201mg 571mg 5. 5g 1772kcal 40. 7g	エた脂炭ナカリ食 ・ボイリウ ・ボイ ・ボイ ・ボイ ・ボイ ・ボイ ・ボイ ・ボイ ・ボイ ・ボイ ・ボイ	## ## ## ## ## ## ## ## ## ## ## ## ##	原表 ご飯セット 643kcal 18. 0g 21. 0g 90. 9g 456mg 513mg 268mg 1. 2g ご飯セット 1699kcal 42. 9g 57. 6g 239. 2g 1693mg 1609mg 652mg 4. 4g 1762kcal 43. 2g	エネルばく を関する。 ボーででである。 ボーででである。 ボーでである。 ボーでである。 ボーでできる。 ボーでできる。 ボーンのは、	415kcal 9. 6g 26. 6g 32. 3g 702mg 515mg 1.8g 3.2 3g 702mg 5.5 5mg 1.8g 3.6 4 6g 1.8 6g 1.8 1894mg 1.8 1894mg 1.8 1894mg 1.8 1894mg 1.8 1894mg 1.8 1894mg 1.8 1894mg 1.8 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18 18	658kcal 13. 7g 27. 2g 85. 1g 703mg 576mg 203mg 1. 8g 1693kcal 40. 0g 1897mg 1444mg 519mg 4. 8g 1757kcal 40. 4g	エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食エれば 物 インカー は ボーラム カリカム カリカム オー で で で で で で で で で で で で で で で で で で	401kcal 11.5g 31.9g 16.5g 561mg 530mg 1.50mg 1.4g 974kcal 30.4g 61.9g 72.3g 1889mg 1528mg 382mg 4.7g 1022kcal 30.8g	644kcal 15 6g 32 5g 69 3g 562mg 215mg 1 4g 2 飯 ヤット 1703kcal 42 7g 230 7g 1892mg 1711mg 577mg 4.7g 1751kcal 43 1g
食 合計 合計(エネルギー・作法を関係を表する。 エネルギー・作者を関係を表する。 また、カリンは、カリンは、カリンは、カリンは、カリンは、カリンは、カリンは、カリンは	おかず 406kcal 11.2g 25.4g 32.0g 806mg 545mg 144mg 2.1g おかず 976kcal 30.8g 56.8g 84.6g 1718mg 1625mg 416mg 4.4g 040kcal 31.2g 56.9g	ご飯セット 649kcal 15.3g 26.0g 84.8g 807mg 606mg 209mg 2.1g 1705kcal 43.1g 58.6g 243.0g 1721mg 1808mg 611mg 4.4g 1769kcal 43.5g 58.7g	エネルば 物 ナカリウ塩 水 が が かい	344kcal 14. 0g 21. 0g 24. 4g 844mg 410mg 162mg 2. 1g 35b 3 995kcal 28. 0g 56. 8g 91. 4g 2205mg 1018mg 376mg 5. 5g 1043kcal 28. 4g 56. 9g	ご飯セット 587kcal 18 1g 21 6g 77 2g 845mg 471mg 227mg 2 1g ご飯セット 1724kcal 40 3g 58 6g 2208mg 1201mg 571mg 5 5g 1772kcal 40 7g 58 7g	エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ 食工 たん質水トリウ 相 ルぱく 物 ム 当 ギく 物 ム 当 ギく カリ塩 本ん質 化リウ 塩ネん質 化リウ 当ギく 気 なった 質 水 トリウ は カリ 食工 たん質 しゅう と しゅう は かり ム しゅう しゅう は かり ム しゅう は かり は か	## ## ## ## ## ## ## ## ## ## ## ## ##	頭表 ご飯セット 643kcal 18.0g 21.0g 90.9g 456mg 513mg 268mg 1.2g ご飯セット 1699kcal 42.9g 57.6g 239.2g 1693mg 1609mg 652mg 4.4g 1762kcal 43.2g 57.7g	エネルばく 物 大カリン塩 ルークム 当 で で で で で で で で で で で で で で で で で で	415kcal 9. 6g 26. 6g 32. 3g 702mg 515mg 1.8g 3.3 3g 702mg 5.5 8g 84. 6g 1894mg 1261mg 324mg 4. 8g 1028kcal 28. 1g 56. 9g	658kcal 13.7g 27.2g 85.1g 703mg 576mg 203mg 1.8g ②飯セット 1693kcal 40.0g 58.6g 243.0g 1897mg 1444mg 519mg 4.8g 1757kcal 40.4g 58.7g	エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食エん質がトリン塩 やりつ 相 ルぱ 化リウ 増 ・	401kcal 11.5g 31.9g 16.5g 561mg 530mg 1.50mg 1.4g おかず 974kcal 30.4g 61.9g 72.3g 1889mg 1528mg 382mg 4.7g 1022kcal 30.8g 62.0g	644kcal 15.6g 32.5g 69.3g 562mg 591mg 215mg 1.4g () () () () () () () () () () () () () (
食 合計	エネルギー (4) た	おかず 406kcal 11.2g 25.4g 32.0g 806mg 545mg 144mg 2.1g おかず 976kcal 30.8g 56.8g 84.6g 1718mg 1625mg 416mg 4.4g 040kcal 31.2g 56.9g 100.1g	ご飯セット 649kcal 15.3g 26.0g 84.8g 807mg 606mg 209mg 2.1g 1705kcal 43.1g 58.6g 243.0g 1721mg 1808mg 611mg 4.4g 1769kcal 43.5g 58.7g 258.5g	エネルば 物 大カリ 食 エ た 脂 炭 ナカリ 食 エ た ん質 水 トリウム 当 ギ く 物 ム 当 ギ く 物 ム 当 ギ く 物 ム 当 ギ く 物 ム 当 ギ く 物 ム 当 ギ く 質 水 トリウ 塩 ネ ん質 水 トリウ 塩 ネ ん質 水 トリウ 塩 ネ ん質 水 リウム 当 ギ く 質 水 り カ ム 質 水 り カ ム 質 水 り カ ム 質 水 り カ い 貴 エ た 脂 炭 水 り カ リ 食 エ た 脂 炭 水 り カ リ 食 エ た 脂 炭 水 り カ リ 食 エ た 脂 炭 水 り カ リ 食 エ た 脂 炭 水 り カ リ 食 エ た 脂 炭 水 り カ リ 食 エ た 脂 炭 水 り カ リ 食 エ た 脂 炭 水 り カ リ 食 エ た 脂 炭 水 り カ リ 食 エ た 脂 炭 水 り カ リ 食 ア トリ ウ エ た 脂 炭 水 り カ リ 食 エ た 脂 炭 水 り カ リ 食 エ た 脂 炭 水 り カ リ 食 エ た 脂 炭 水 り カ リ 食 ア トリ ウ に か り カ リ カ リ 食 ア トリ カ リ カ リ 食 ア トリ カ リ カ リ カ リ カ リ カ リ カ リ カ リ カ リ カ リ	344kcal 14. 0g 21. 0g 24. 4g 844mg 410mg 162mg 2. 1g 375kcal 28. 0g 56. 8g 91. 4g 2205mg 1018mg 376mg 5. 5g 1043kcal 28. 4g 56. 9g 102. 9g	ご飯セット 587kcal 18.1g 21.6g 77.2g 845mg 471mg 227mg 2.1g ご飯セット 1724kcal 40.3g 58.6g 2208mg 1201mg 5.5g 1772kcal 40.7g 58.7g 261.3g	エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食エた脂炭ナカリ食 本ん質水トリン塩 本ん質水トリン塩ネん質水トリン塩ネん質水トリン塩ネん質水トリン塩水の質水・リウ 出手く 物 ム 当 一質 他物 ム	## ## ## ## ## ## ## ## ## ## ## ## ##	原表 ご飯セット 643kcal 18. 0g 21. 0g 90. 9g 456mg 513mg 268mg 1. 2g ご飯セット 1699kcal 42. 9g 57. 6g 239. 2g 1693mg 1609mg 652mg 4. 4g 1762kcal 43. 2g 57. 7g 254. 4g	エネルば 物 上 た 脂炭水トリウ 塩 エネん質 化リウム 当 ギく 物 ム 大 りり 塩 本 ん 質 水 リウム 当 ギ く 物 ウム 当 ギ く 物 ウム 当 ギ く 物 ウム 当 ギ く 物 しょう は まっぱ い か しょう は まっぱ い か しょう は か しゅう は な しゅう は か しゅう は か しゅう は な しゅう は か しゅう は な しゅん しゅう は な しゅん は な しゅん	415kcal 9. 6g 26. 6g 32. 3g 702mg 515mg 1.8g 3.6 6y 964kcal 27. 7g 56. 8g 1894mg 1261mg 324mg 4. 8g 1028kcal 28. 1g 56. 9g 100. 1g	658kcal 13. 7g 27. 2g 85. 1g 703mg 576mg 203mg 1. 8g ②飯セット 1693kcal 40. 0g 58. 6g 243. 0g 1897mg 1444mg 519mg 4. 8g 1757kcal 40. 4g 58. 7g 258. 5g	エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食エた脂炭ナカリ食 本ん質水トリン塩 やウム 当 ギく 物 ム カリカ 当 ギく 物 ム 質水トリン塩 本ん質水トリン塩 本ん質水トリン塩 本ん質水 トリン塩 本ん質水 トリン塩 本ん質水 トリン塩 でいる 当 ギー質 物	401kcal 11.5g 31.9g 16.5g 561mg 530mg 1.50mg 1.4g おかず 974kcal 30.4g 61.9g 72.3g 1889mg 1528mg 382mg 4.7g 1022kcal 30.8g 62.0g 83.8g	644kcal 15.6g 32.5g 69.3g 562mg 215mg 1.4g 215mg 1.703kcal 42.7g 230.7g 1892mg 1711mg 577mg 4.7g 1751kcal 43.1g 63.8g 242.2g
食 合計 合計 間食	エネルポく質 脂炭水・リウム リウム リウム リウム リウム リウム リウム リウム リウム リウム	おかず 406kcal 11.2g 25.4g 32.0g 806mg 545mg 144mg 2.1g おかず 976kcal 30.8g 1718mg 1625mg 416mg 4.4g 040kcal 31.2g 56.9g 1721mg	二飯セット 649kcal 15. 3g 26. 0g 84. 8g 807mg 606mg 209mg 2. 1g 二飯セット 1705kcal 43. 1g 58. 6g 243. 0g 1721mg 1808mg 611mg 4. 4g 1769kcal 43. 5g 58. 7g 258. 5g 1724mg	エネルば かん 当 で で で で で で で で で で で で で で で で で で	344kcal 14. 0g 21. 0g 24. 4g 844mg 410mg 162mg 2. 1g 995kcal 28. 0g 56. 8g 91. 4g 2205mg 1018mg 376mg 5. 5g 1043kcal 28. 4g 56. 9g 102. 9g 2208mg	ご飯セット 587kcal 18.1g 21.6g 77.2g 845mg 471mg 227mg 2.1g ご飯セット 1724kcal 40.3g 58.6g 2208mg 1201mg 5.5g 1772kcal 40.7g 58.7g 2211mg	エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食工 た脂炭ナカリ 塩 木ん質水トリン塩 木ん質水トリン塩 木ん質水トリン塩 木ん質水トリン塩ネん質水トリン塩 ボッウム 当半く 物 ムーク サーク サーク サーク サーク サーク サーク サーク サーク サーク サ	## 150 mg ## 160	所表 ご飯セット 643kcal 18. 0g 21. 0g 90. 9g 456mg 513mg 268mg 1. 2g ご飯セット 1699kcal 42. 9g 57. 6g 239. 2g 1693mg 1609mg 652mg 4. 4g 1762kcal 43. 2g 57. 7g 254. 4g 1694mg	エたに質が上がりない。 エカリ食 本が はいり	415kcal 9. 6g 26. 6g 32. 3g 702mg 515mg 138mg 1. 8g 35 b 3 964kcal 27. 7g 56. 8g 1894mg 1261mg 324mg 4. 8g 1028kcal 28. 1g 56. 9g 100. 1g 1897mg	658kcal 13. 7g 27. 2g 85. 1g 703mg 576mg 203mg 1. 8g 二版セット 1693kcal 40. 0g 58. 6g 243. 0g 1897mg 1494mg 519mg 4. 8g 1757kcal 40. 4g 58. 7g 258. 5g 1900mg	エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食工た脂炭ナカリ食工を質が、 物力ム 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1	401kcal 11.5g 31.9g 16.5g 561mg 530mg 1.50mg 1.4g おかず 974kcal 30.4g 61.9g 72.3g 1889mg 1528mg 4.7g 1022kcal 30.8g 62.0g 83.8g 1892mg	644kcal 15.6g 32.5g 69.3g 562mg 591mg 215mg 1.4g 205 typh 1703kcal 42.7g 230.7g 1892mg 1711mg 577mg 4.7g 1751kcal 43.1g 63.8g 242.2g 1895mg
食 合計 合計 間食	エネルばく 物 たり で し か たい質 化物 ム カリン 相 当 量 エネル質 化物 ム たい リウム	おかず 406kcal 11.2g 25.4g 32.0g 806mg 545mg 144mg 2.1g おかず 976kcal 30.8g 56.8g 84.6g 1718mg 1625mg 416mg 4.4g 040kcal 31.2g 56.9g 100.1g 1721mg 1685mg	二飯セット 649kcal 15. 3g 26. 0g 84. 8g 807mg 606mg 209mg 2. 1g 二飯セット 1705kcal 43. 1g 58. 6g 243. 0g 1721mg 1808mg 611mg 4. 4g 1769kcal 43. 5g 58. 7g 258. 5g 1724mg 1868mg	エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ 塩 本ん質 化リウム 当 ギく 物 ム が ボーリウ 塩 木ん質 ル・リウ 塩 木ん質 ル・リウ 塩 木ん質 ル・リウ 塩 木ん質 ル・リウム リウム リウム	344kcal 14.0g 21.0g 24.4g 844mg 410mg 162mg 2.1g \$\frac{3}{2}\text{5}\text{6}\text{7}\text{9}\text{9}\text{995kcal} 28.0g 56.8g 91.4g 2205mg 1018mg 376mg 5.5g 1043kcal 28.4g 56.9g 102.9g 2208mg 1074mg	ご飯セット 587kcal 18. 1g 21. 6g 77. 2g 845mg 471mg 227mg 2. 1g -	エた脂炭ナカリ食エた脂炭ナカリ食エた脂炭ナカリ食エた脂炭ナカリ食 本ん質水トリン塩 ネん質水トリン塩ネん質水トリン塩ネん質水トリウ 相ルぱ 化リウム 当ギく 物ム	## 1033kcal ## 1033kcal ## 1033kcal ## 1033kcal ## 1033kcal ## 1033kcal ## 1033kcal ## 1033kcal ## 1033kcal ## 1033kcal ## 1033kcal	所表 ご飯セット 643kcal 18. 0g 21. 0g 90. 9g 456mg 513mg 268mg 1. 2g ご飯セット 1699kcal 42. 9g 57. 6g 239. 2g 1693mg 1609mg 652mg 4. 4g 1762kcal 43. 2g 57. 7g 254. 4g 1694mg 1666mg	エたに質がたりのは、 エたに質がたりのは、 エをできますが、 エをできまが、 エをできまが、 エをできまが、 エをできまが、 エをできまが、 エをできまが、 エをできまが、 エをできまが、 エをできまがりますが、 エをできまが、 エをできまがればればればればればればればればればればればればればればればればればればれば	415kcal 9. 6g 26. 6g 32. 3g 702mg 515mg 138mg 1. 8g 35 b 3 964kcal 27. 7g 56. 8g 1261mg 324mg 4. 8g 1028kcal 28. 1g 56. 9g 100. 1g 1897mg 1321mg	658kcal 13. 7g 27. 2g 85. 1g 703mg 576mg 203mg 1. 8g 二版セット 1693kcal 40. 0g 58. 6g 243. 0g 1897mg 1494mg 519mg 4. 8g 1757kcal 40. 4g 58. 7g 258. 5g 1900mg 1504mg	エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食工た脂炭ナカリ食工を脂炭ナカリ 当 ギく 物 ム	401kcal 11.5g 31.9g 16.5g 561mg 530mg 1.50mg 1.4g おかず 974kcal 30.4g 61.9g 72.3g 1889mg 1528mg 382mg 4.7g 1022kcal 30.8g 62.0g 83.8g 1892mg 1584mg	644kcal 15.6g 32.5g 69.3g 562mg 591mg 215mg 1.4g 2mg 1.703kcal 42.7g 63.7g 1892mg 1711mg 577mg 4.7g 1751kcal 43.1g 63.8g 242.2g 1895mg 1767mg
食 合計 合計(間	エルポく質 脂炭 水リウム カリン は 本 ルポく 質 ボーリウム リウム リウム お 一 質 ボーリン 相 当 量 エ た ル 質 水 ト リウム	おかず 406kcal 11.2g 25.4g 32.0g 806mg 545mg 144mg 2.1g おかず 976kcal 30.8g 56.8g 84.6g 1718mg 1625mg 416mg 4.4g 040kcal 31.2g 56.9g 100.1g 1721mg 1685mg 423mg	ご飯セット 649kcal 15. 3g 26. 0g 84. 8g 807mg 606mg 2. 1g ご飯セット 1705kcal 43. 1g 58. 6g 243. 0g 1721mg 1808mg 611mg 4. 4g 1769kcal 43. 5g 58. 5g 1724mg 1868mg 618mg 618mg	エネルば、大カリを塩水トリウ 相当では、大カリを塩水・カリン塩が、カリン塩が、カリン塩が、カリン塩が、カリン塩が、カリン塩が、カリン塩が、カリン塩が、カリン塩が、カリン塩が、カリン塩が、カリン・カリン・カリン・カリン・カリン・カリン・カリン・カリン・カリン・カリン・	344kcal 14. 0g 21. 0g 24. 4g 844mg 410mg 162mg 2. 1g \$\frac{3}{2}\text{5}\text{6}\text{7}\text{9}\text{9}\text{995kcal} 28. 0g 56. 8g 91. 4g 2205mg 1018mg 376mg 5. 5g 1043kcal 28. 4g 56. 9g 102. 9g 2208mg 1074mg 382mg	ご飯セット 587kcal 18. 1g 21. 6g 77. 2g 845mg 471mg 227mg 227mg 2. 1g ご飯セット 1724kcal 40. 3g 58. 6g 249. 8g 2208mg 1201mg 571mg 5. 5g 1772kcal 40. 7g 58. 7g 261. 3g 2211mg 1257mg 577mg 577mg	エた脂炭ナカリ食エた脂炭ナカリ食エた脂炭ナカリ食エた脂炭ナカリウ 相 ギく 物 ム 当 ギく 物 ム 当 ギく 物 ム 当 ギく かりム 当 ギく かりム 当 ギ く かりム 当 ギ く かりム コー質 化 リウム コーラ カー	## 1400 ## 140	原表 ご飯セット 643kcal 18. 0g 21. 0g 90. 9g 456mg 513mg 268mg 1. 2g ご飯セット 1699kcal 42. 9g 57. 6g 239. 2g 1693mg 1609mg 652mg 4. 4g 1762kcal 43. 2g 57. 7g 254. 4g 1694mg 1666mg 655mg	エた脂質水・リウ は がった 「大力リ食 エた脂炭 ナカリ なった な	415kcal 9 6g 26 6g 32 3g 702mg 515mg 138mg 138mg 564kcal 27 7g 56 8g 84 6g 1894mg 1261mg 324mg 4 8g 1028kcal 28 1g 56 9g 100 1g 1897mg 1321mg 331mg	658kcal 13.7g 27.2g 85.1g 703mg 576mg 203mg 1.8g 205kyl 1693kcal 40.0g 58.6g 243.0g 1494mg 519mg 4.8g 1757kcal 40.4g 58.7g 258.5g 1900mg 1504mg 526mg	エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ サイン はずい かっと おん質 ボーリン 相 いば 化リウ 相 ルば 化リウ 相 がら は で がっと サイン は で がっと は で がっと は で がっと は で がっと かっと は で がっと かっと かっと かっと かっと かっと かっと かっと かっと かっと か	401kcal 11.5g 31.9g 16.5g 561mg 530mg 1.50mg 1.4g おかず 974kcal 30.4g 61.9g 72.3g 1889mg 1528mg 382mg 4.7g 1022kcal 30.8g 62.0g 83.8g 1892mg 1584mg 388mg	644kcal 15.6g 32.5g 69.3g 562mg 591mg 215mg 1.4g 2mg 1.703kcal 42.7g 230.7g 1892mg 1711mg 577mg 4.7g 1751kcal 43.1g 63.8g 242.2g 1895mg 1767mg 583mg
食合計合計(間食込)	エネルばく 物 たり で し か たい質 化物 ム カリン 相 当 量 エネル質 化物 ム たい リウム	おかず 406kcal 11.2g 25.4g 32.0g 806mg 144mg 2.1g おかず 976kcal 30.8g 56.8g 84.6g 1718mg 1625mg 4.4g 040kcal 31.2g 56.9g 100.1g 1721mg 1685mg 4.4g	ご飯セット 649kcal 15. 3g 26. 0g 84. 8g 807mg 606mg 2. 1g ご飯セット 1705kcal 43. 1g 58. 6g 243. 0g 1721mg 1808mg 611mg 4. 4g 1769kcal 43. 5g 58. 7g 258. 5g 1724mg 1868mg 618mg 618mg 4. 4g	エネルば (344kcal 14.0g 21.0g 24.4g 844mg 410mg 162mg 2.1g \$\frac{3}{2}\text{5}\text{6}\text{7}\text{9}\text{9}\text{995kcal} 28.0g 56.8g 91.4g 2205mg 1018mg 376mg 5.5g 1043kcal 28.4g 56.9g 102.9g 2208mg 1074mg	ご飯セット 587kcal 18. 1g 21. 6g 77. 2g 845mg 471mg 227mg 227mg 2. 1g ご飯セット 1724kcal 40. 3g 58. 6g 249. 8g 2208mg 1201mg 571mg 5. 5g 1772kcal 40. 7g 58. 7g 261. 3g 2211mg 1257mg 577mg 577mg	エた脂炭ナカリ食エた脂炭ナカリ食エた脂炭ナカリ食エた脂炭ナカリ食 本ん質水トリン塩 ネん質水トリン塩ネん質水トリン塩ネん質水トリウ 相ルぱ 化リウム 当ギく 物ム	## 1033kcal ## 1033kcal ## 1033kcal ## 1033kcal ## 1033kcal ## 1033kcal ## 1033kcal ## 1033kcal ## 1033kcal ## 1033kcal ## 1033kcal	原表 ご飯セット 643kcal 18. 0g 21. 0g 90. 9g 456mg 513mg 268mg 1. 2g ご飯セット 1699kcal 42. 9g 57. 6g 239. 2g 1693mg 1609mg 652mg 4. 4g 1762kcal 43. 2g 57. 7g 254. 4g 1694mg 1666mg 655mg 4. 4g	エた脂質水トリウ 相がり はない かっと また脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ な	415kcal 9 6g 26 6g 32 3g 702mg 515mg 138mg 138mg 1894kcal 27 7g 56 8g 84 6g 1894mg 1261mg 324mg 4 8g 1028kcal 28 1g 56 9g 100 1g 1897mg 1321mg 4 8g	658kcal 13.7g 27.2g 85.1g 703mg 576mg 203mg 1.8g 1.8g 1.693kcal 40.0g 58.6g 243.0g 1444mg 519mg 4.8g 1757kcal 40.4g 58.7g 258.5g 1900mg 1504mg 526mg 4.8g	エた脂炭ナカリ食 エた脂炭ナカリ食工た脂炭ナカリ食工を脂炭ナカリ 当 ギく 物 ム	401kcal 11.5g 31.9g 16.5g 561mg 530mg 150mg 1.4g おかず 974kcal 30.4g 61.9g 72.3g 1889mg 1528mg 382mg 4.7g 1022kcal 30.8g 62.0g 83.8g 1892mg 1584mg 4.7g	644kcal 15.6g 32.5g 69.3g 562mg 591mg 215mg 1.4g 2mg 1.703kcal 42.7g 63.7g 1892mg 1711mg 577mg 4.7g 1751kcal 43.1g 63.8g 242.2g 1895mg 1767mg

※商品はチルド品なので喫食日まで冷蔵庫に入れて保管ください。

※お召上がりについて、商品は消費期限内にお召上がりください。 ※「◎」は間食になります。間食はメニューを参考にして各家庭で御用意ください。

※本品は消費者庁許可の特別用途食品(病者用食品)ではありません。 ※食事療法としてご利用する場合は事前に主治医にご相談ください。 ※カリウムは調理後20~30%減少します。表示は調理前の栄養価です。 ※おかずのみの組合員様は★印のものは各家庭にて御用意ください。

お食事の作り方



- ①惣菜は全てチルドで
- 真空包装されています。 ②ご利用までは冷蔵庫にて 保管します。

③温かく召上がるメニュー は湯煎で温めます。又は お皿に移してから、ラップ をして電子レンジを かけます



④冷たく召上がる メニューはそのまま 開封して盛付けます。





⑤ごはん、味噌汁と共に 器に盛り付けして 完了です。

注)味噌汁はつきません

- ●湯煎は水の状態から惣菜のパックを入れて 火をかけます。沸騰したら火を止めて 5~10分程度保温して下さい。
- ●簡単な付け合わせを付けますと、よりきれいに 盛付ける事が出来ます。



週間献立表(たんぱく60g管理食)

	コープい			78108 (H) 78178 (H) 78108 (T)												
		5日(月)	7月16日(火)				17日(水			18日(オ			19日(金	<u>È)</u>	
	品名		アレルゲン	品		アレルゲン	品		アレルゲン	品ź		アレルゲン	品名		アレルゲ	
	★ごはん180g 肉団子と白菜の コンニャクのあね 人参のおかか・	とろみ煮 おさ炒め	麦	★ごはん18 寄せ豆腐の 大根の柚香 若芽の酢味	うすあん 煮	卵麦 麦	★ ごはん18 大根と鶏肉のマーコンニャクの さつま芋と大豆	- ガリン風味)辛味炒め	乳麦落	★ごはん18 揚げ真丈の柚子 竹輪のごま ジャガ芋の	² おろしあん 炒め	麦	★ごはん18 白菜と厚揚げの 里芋のおろ 麩と豚肉のチ	^{中華そぼろ煮} し煮	乳麦菜 麦 卵乳麦	
R	エネルギー 1/1 たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム (カリウム (リン	おかず 24kcal 4.9g 4.1g 17.4g 639mg 340mg 81mg 1.6g	9.8g 4.8g 80.3g 640mg 412mg 158mg	エネルギー 質 脂質水化物 ナトリウム カリン 食塩相当量	おかず 148kcal 5. 4g 7. 8g 15. 4g 782mg 331mg 72mg 2. 0g	10.3g 8.5g 78.3g 783mg 403mg 149mg	エネルギー たんぱく質 脂質水化物 ナトリウム カリン 食塩相当量	おかず 259kcal 12.3g 16.1g 16.6g 536mg 610mg 171mg	17. 2g 16. 8g 79. 5g 537mg 682mg 248mg	エネルギー たんぱく質 脂質 ボイ・物 デトリウム カリウム リン 食塩相当量	おかず 237kcal 7. 4g 12. 0g 23. 9g 769mg 366mg 88mg 2. 0g	12.3g 12.7g 86.8g 770mg 438mg 165mg	エネルギー たんぱく質 脂質 化物 デトリウム リン 食塩相当量	7. 7g 18. 7g 557mg 431mg 126mg	二飯· 477ki 15. 8. 4 81. 6 558i 503i 203i	
	★ごはん180g チキンのオイス! 人参グラッセ 法蓮草と油揚 春雨の中華和	ターマョ の煮物	卵麦 乳麦	★ごはん18 カレイのス オクラのペペ 豚肉のマヨマス 白菜と昆布	0g パイス揚 ロンチーノ スタード炒め	麦卵麦	★ごはん18	0g ^{中華玉子炒め} 鳥肉の煮物 ツ	卵乳麦 麦 麦	★ごはん18 赤魚の酒粕 ふきのきん 豚すき ナスの油炒	0g 焼 ぴら	麦麦麦麦	★ごはん18 鶏の幽庵焼 チンゲン菜 蓮根と牛肉の パスタのク	0g き ソテー)しぐれ煮	麦 表 麦 麦 麦 麦 麦 麦 麦 麦 麦	
R.	エネルギー 2 たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム カリウム リン 食塩相当量	13. 0g 15. 5g 18. 9g 818mg 320mg 162mg 2. 1g	17.9g 16.2g 81.8g 819mg 392mg 239mg 2.1g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム カリウム リン 食塩相当量	おかず 352kcal 20.0g 22.1g 18.5g 648mg 599mg 234mg 1.6g	24. 9g 22. 8g 81. 4g 649mg 671mg 311mg	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム カリウム リン 食塩相当量		18. 5g 19. 6g 74. 4g 691mg 496mg 249mg 1. 8g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム カリウム リン 食塩相当量	おかず 303kcal 14.8g 14.9g 25.8g 669mg 531mg 168mg	19.7g 15.6g 88.7g 670mg 603mg 245mg	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム カリウム 食塩相当量	19.0g 27.0g 632mg 442mg 169mg 1.6g	ご飯 643k 19. 19. 89. 633 514 246	
	g ◎パイナップル(缶)150g ★ごはん180g		◎黄桃(缶) ★ごはん18		1	◎パイナップル(缶)150g (★ごはん180g -		◎みかん(缶)150g ★ごはん180g		ı	◎黄桃(缶) ★ごはん18					
	はん100g 鯖のごま醤油! 塩枝豆 鶏肉の青じそ ひとくちがん	焼 南蛮	麦	豚肉とかぶ じゃが芋とほうれ カリフラワー	の生姜煮 ^{ん草のそぼろ煮}	麦	サワラの蒸 平さやいん ひじきとアサリウ フレンチマ	し煮 げん のさっぱり煮		鶏のごまり ピーマンソ 五色煮豆 キャベッとザ	レ煮 テー	麦 卵乳麦 卵麦	ホッケの機 人参グラッ 豚肉としめじの生 きのことじゃが芋	辺焼 セ _{姜バター風味}	麦 乳麦 卵乳	
	エネルギー 3 たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム カリウム リン	おかず 70kcal 20.9g 26.5g 9.7g 780mg 517mg 263mg 2.0g	25.8g 27.2g 72.6g 781mg 589mg 340mg	エネルギーたんぱく質脂炭水化ウムカリウムカリン食塩相当量	おかず 265kcal 14.6g 12.3g 23.2g 630mg 598mg 169mg 1.6g	19.5g 13.0g 86.1g 631mg 670mg	エネルギー たんぱく 質脂 炭 化 ウム カリウム り り り り 食塩 相 当 量	おかず 254kcal 14.9g 13.3g 17.8g 870mg 406mg 178mg 2.2g	19.8g 14.0g 80.7g 871mg 478mg 255mg	エネルギー たんぱく 質 脂質 派化物 ナトリウム カリウム リン 食塩相当量	578mg 196mg	21.4g 18.7g 78.8g 741mg 650mg 273mg	エネルギー たんぱく 質脂炭水化物 ナトリウム リン 食塩相当量	212mg	ご飯 589k 19. 20. 79. 732 699 289	
	オンスカー オンスカー オンスカー 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10 10	おかず 65kcal 38.8g 46.1g 46.0g	ご飯セット 1635kcal 53.5g 48.2g 234.7g	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム	おかず 765kcal 40.0g 42.2g 57.1g 2060mg	ご飯セット 1635kcal 54.7g 44.3g 245.8g 2063mg	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム カリウム	カップ 790kcal 40.8g 48.3g 45.9g 2096mg	ご飯セット 1660kcal 55.5g 50.4g 234.6g 2099mg	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム カリウム	おかず 830kcal 38.7g 44.9g 65.6g 2178mg 1475mg	ご飯セット 1700kcal 53.4g 47.0g 254.3g 2181mg	エネルギー たんぱく質 脂質 炭水化物 ナトリウム カリウム	839kcal 40.0g 46.1g 62.3g 1920mg	ご飯 1709 54. 48. 251 192 171	
計	カリウム 1 リン !	2237mg 177mg 506mg 5.7g	1393mg 737mg	カリウム リン 食塩相当量	1528mg 475mg 5.2g	706mg	リン 食塩相当量	521mg 5. 4g	752mg	リン リン 食塩相当量	452mg 5. 6g	683mg	リン 食塩相当量	507mg 4.9g	73 4.	

※商品はチルド品なので喫食日まで冷蔵庫に入れて保管ください。※お召上がりについて、商品は消費期限内にお召上がりください。

※「◎」は間食になります。間食はメニューを参考にして各家庭で御用意ください。

※本品は消費者庁許可の特別用途食品(病者用食品)ではありません。 ※食事療法としてご利用する場合は事前に主治医にご相談ください。 ※カリウムは調理後20~30%減少します。表示は調理前の栄養価です。 ※おかずのみの組合員様は★印のものは各家庭にて御用意ください。

お食事の作り方



- ①惣菜は全てチルドで 真空包装されています。
- ②ご利用までは冷蔵庫にて保管します。

③温かく召上がるメニュー は湯煎で温めます。又は お皿に移してから、ラップ をして電子レンジを かけます



④冷たく召上がるメニューはそのまま開封して盛付けます。





⑤ごはん、味噌汁と共に 器に盛り付けして 完了です。

注)味噌汁はつきません

- ●湯煎は水の状態から惣菜のパックを入れて 火をかけます。沸騰したら火を止めて 5~10分程度保温して下さい。
- ●簡単な付け合わせを付けますと、よりきれいに 盛付ける事が出来ます。



週間献立表(やわらか普通食)

	3-30000				IP DIV II CIRC.										
	7	月15日(月))	7	月16日(火	')	7	月17日(水	()	7	7月18日(木	-)	7	月19日(金	>)
	品名		アレルゲン			アレルゲン			アレルゲン			ァ レルゲン		_	アレルゲン
			101010			101010			101010						10111
	★やわらかご			★やわらかる	_		★やわらかご			★やわらかる			★やわらかる		
	豚肉と厚揚	げの煮物	乳麦	和風ポトフ	,	乳麦	豚すき風熱	煮物	麦	寄せ豆腐の	のうすあん	卵麦	鶏と大根の	の味噌煮	麦
	さつま揚げと小村			コンニャクとご			大根と竹軸			キャベツの			ひじきの具		
	キャベツの漬物	勿佃于風味		バンバンジ			コールスロ			人参とぜんま			れんこん		卵麦
	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦
朝															
+7]															
	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット
食	エネルギー	120kcal	394kcal												433kcal
100															
		7.0g	12.7g											7.3g	14.2g
	脂 質	6.3g	7.2g	脂 質	3.4g	5.1g	脂 質	7.5g	8.4g	脂 質	8.7g	9.6g	脂質	7.5g	9.3g
	炭水化物	11 1g		炭水化物	17 9ø		炭水化物			炭水化物			炭水化物	13.8g	71.1g
		_										_			_
		550mg	1011mg				ナトリウム			ナトリウム	_		ナトリウム		1061mg
	食塩相当量		2.6g	食塩相当量	1.4g	2.5g	食塩相当量	1.4g	2.6g	食塩相当量	2.1g	3.2g	食塩相当量	1.6g	2.7g
	★やわらかご	ごはん180g		★やわらかる	ごはん180g		★やわらかご	ごはん180g		★やわらかる	ごはん180g		★やわらかる	ごはん180g	
	アジの幽庵		麦	鶏の天ぷ		卵麦	ブリのごま			治部風煮			メバルのバジ		
															☑ ±
	人参のきん		麦	天ぷらのタ			人参のレヨ			キャベツと油井			法蓮草ソ		乳麦
	ナスと麩の炊	少め煮	乳麦落	インゲンソ	テー	乳麦	ひき肉と豆	腐のうま煮	麦落か	さつま芋と大豆	豆のマヨサラダ	卵乳麦	担々風春	雨	麦落
	春雨とツナの			大豆と椎			和風スパク			★味噌汁		麦	キャベツと若芽の		卵麦
					中 (7) 从 (7)	-				人小门		久		ペコペーへ和え	
重	★味噌汁		麦	煮生酢		麦	★味噌汁		麦				★味噌汁		麦
				★味噌汁		麦									
	栄養価	+>.4>.+*	フルセット	兴美压	+>.4> -1°	711 4004	栄養価	+>.4>.+* l=1	711 4006	兴美压	+>.4>.+* L1	711 4006	兴美压	±>4> + + 1	フルセット
A	木食៕	おかりセット													
艮	エネルギー	294kcal	575kcal		189kcal	462kcal	エネルギー	286kcal	562kcal	エネルギー	292kcal	558kcal	エネルギー	196kcal	467kcal
	蛋白質	15.7g	22.2g	蛋白質	13.5g	19.6g	蛋白質	17.1g	23.5g	蛋白質	13.5g	19.2g	蛋白質	13.0g	18.8g
		_			_								脂質	9.8g	10.7g
		_						_			_			_	
	炭水化物			炭水化物			炭水化物			炭水化物			炭水化物		72.0g
	ナトリウム	730mg	1171mg	ナトリウム	760mg	1202mg	ナトリウム	915mg	1356mg	ナトリウム	782mg	1224mg	ナトリウム	605mg	1048mg
	食塩相当量	1.9g	3.0g	食塩相当量	1.9g	3.1g	食塩相当量	2.3g	3.4g	食塩相当量	2.0g	3.1g	食塩相当量	1.5g	2.7g
	★やわらかご		_	★やわらかご		_	★やわらかこ	_		★やわらかご	_	_	★やわらかご	_	
		_									-IAW LOOR				+
	キャベツと豚肉の	の塩あんかけ		牛肉と厚揚			ロールキャベツ	のトマト煮込み	驯乳麦	さば梅煮			豚肉とインゲン	ンの山椒炒め	
	竹輪と玉ねぎ	の磯辺炒め	麦	切干大根とし	らすの煮物	麦	オクラのペイ	ペロンチーノ		麩の野菜	あんかけ	麦	炒り豆腐		卵乳麦
	若芽とパイン	の酢の物		青菜のおかかっ			金時豆煮		麦	切干と法蓮草			オクラとめか	ぶの三杯酢	麦
		075107													
	★味噌汁		麦	★味噌汁		麦	ポテコーン			★味噌汁		麦	★味噌汁		麦
タ							★味噌汁		麦						
	兴美压	Ls /18	ان طال	兴美压	h. / 18	المراجل الراج	兴美压	h. /18	البريط الراح	兴美压	Ls. 118 1 1	ال صلا ال	兴美压	h. /18 1 1	المراجلة الراج
\wedge	栄養価		フルセット		おかずセット			おかずセット				フルセット			フルセット
食	エネルギー	194kcal	466kcal	エネルギー	310kcal	577kcal	エネルギー	289kcal	561kcal	エネルギー	225kcal	496kcal	エネルギー	255kcal	522kcal
	蛋白質	11.3g	17.5g	蛋白質	12.4g	18.3g	蛋白質	8.4g	14.6g	蛋白質	11.0g	16.7g	蛋白質	12.0g	18.0g
		8.1g	9.1g		20.7g	21.6g			13.7g		13.5g	14.4g	脂質	14.9g	15.8g
		_													
	炭水化物	18.8g	76.0g	炭水化物		74.0g	炭水化物		92.0g	炭水化物		69.9g	炭水化物		73.8g
	ナトリウム	868mg	1310mg	ナトリウム	996mg	1438mg	ナトリウム	753mg	1214mg	ナトリウム	744mg	1186mg	ナトリウム	883mg	1327mg
	食塩相当量		3.3g	食塩相当量			食塩相当量			食塩相当量			食塩相当量		3.4g
											_				
	栄養価		フルセット		おかずセット			おかずセット				フルセット			フルセット
合	エネルギー	617kcal	1435kcal	エネルギー	619kcal	1436kcal	エネルギー	725kcal	1543kcal	エネルギー	667kcal	1470kcal	エネルギー	601kcal	1422kcal
		34.0g	52.4g	蛋白質	30.9g				50.5g		30.2g	47.4g	蛋白質	32.3g	51.0g
		30.7g	34.3g		29.3g	32.9g			39.2g		38.6g	41.3g	脂質	32.2g	35.8g
	炭水化物	48.2g	219.0g	炭水化物	58.4g	228.9g	炭水化物	65.3g	236.1g	炭水化物	47.0g	216.8g	炭水化物	45.9g	216.9g
計		2148mg	3492mg	ナトリウム	2295mg		ナトリウム			ナトリウム		3667mg	ナトリウム	2108mg	3436mg
	食塩相当量	0.0g	8.9g	食塩相当量	J.og	9.3g	食塩相当量	0.0g	9.1g	食塩相当量	U.Ug	9.3g	食塩相当量	J.Sg	8.8g

★はフルセットのメニューです。おかずセットには付きません。

天候や仕入れの都合により、予告無しで献立を一部変更する場合があります。

お食事の作り方



①惣菜は全てチルドで 真空包装されています。 ②ご利用までは冷蔵庫にて 保管します。

③温かく召上がるメニュー は湯煎で温めます。又は お皿に移してから、ラップ をして電子レンジを かけます



④冷たく召上がるメニューはそのまま開封して盛付けます。





⑤ごはん、味噌汁と共に 器に盛り付けして 完了です。注)味噌汁はつきません

- ●湯煎は水の状態から惣菜のパックを入れて 火をかけます。沸騰したら火を止めて 5~10分程度保温して下さい。
- ●簡単な付け合わせを付けますと、よりきれいに 盛付ける事が出来ます。



週間献立表 (刻み食)

# 全報240g	1月 1 1 1 1 1 1 1 1 1	1	コーゴいしかわ									
★全部240g	************************************		7月15日	月(日)	7月16日(小	()		()	7月18日(木	-)	7月19日(金	<u>></u>)
★全祭240g 株全祭240g 大きでは、	常物 乳麦											
野肉に厚揚げの素物・乳麦	素物 乳麦 和風ポトフ			アレルケン		アレルケン		ナレルケン		ナレルケン		アレルリン
	素物 乳麦 和風ポトフ ****		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g	
************************************	#34. 明美 ルンベンシーサラダ 乳麦 大根と竹輪の煮物 麦 大根に前卵の煮物 麦 大根に前卵の煮物 麦 大根に前卵の煮物 麦 大根に前卵の煮物 麦 大根に向け 大			女师 의丰		의 丰		丰	· · · · · · · · · · · · · · · ·	顺丰		丰
************************************	*風味 麦											
************************************	接換		さつま揚げと小松菜の煮	煮浸し 丱麦	コンニャクとごぼうのきんぴら	麦	大根と竹輪の煮物	麦	キャベツの土佐煮	麦	ひじきの具だくさん煮	麦
## ***********************************	表 ★味噌汁 麦 ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★ ★				バンバンジーサラダ	到麦	コールスローサラダ	侧麦	人 糸とぜん まいの ナムル	害	わんこん サ ラダ	顺
● 栄養価 おかずわか フルセット 栄養価 おかずか フルセット 大き価 おかすか フルセット 大き価 おかずか フルセット 大き価 おかすか フルセット 大き価 おかずか フルセット 大き価 おかずか フルセット 大き価 おかずか フルセット 大き価 おかずか フルセット 大き価 おかすか フルセット 大き価 おかすか フルセット 大き価 おかずか フルセット 大き価 おかずか フルセット 大き価 おかすか フルセット 大き価 おかずか フルセット 大き価 おかずか フルセット 大き価 おかずか フルセット 大き価 おかすか フルセット ア・大・ローク フルセット ア・大・ローク フルセット フルセット 大き ロル・オーク フルセット フルセット 大き価 おかすか フルセット フルセット フルセット フルセット 大き価 おかすか フルセット 大き価 フルセット フルセット 大き ロルーク フルセット 大き価 おかすか フルセット 大き価 おかすか フルセ	### 200											
食 工ネルギー 128kcal 288kcal エネルギー 120kcal 279kcal エネルギー 150kcal 309kcal エネルギー 120g 45 g	Real 288kcal エネルギー 120kcal 279kcal エネルギー 150kcal 309kcal エネルギー		★味噌汁	麦	★味噌汁	麦	★味噌汁	麦	★味噌汁	麦	★味噌汁	麦
食 工ネルギー 128kcal 288kcal エネルギー 120kcal 279kcal エネルギー 150kcal 309kcal エネルギー 120g 45 g	Real 288kcal エネルギー 120kcal 279kcal エネルギー 150kcal 309kcal エネルギー	由										
②	Real 288kcal エネルギー 120kcal 279kcal エネルギー 150kcal 309kcal エネルギー	17 7										
②	Real 288kcal エネルギー 120kcal 279kcal エネルギー 150kcal 309kcal エネルギー											
食 エネルギー 120kcal 288kcal エネルギー 120kcal 278kcal エネルギー 150kcal 309kcal 209kcal 450kcal エネルギー 150kcal 309kcal 200kcal 450kcal エネルギー 150kcal 309kcal 450kcal エネルギー 150kcal 309kcal エネルギー 150kcal 300kcal 120kcal 300kcal 300kcal 120kcal 300kcal 300kcal 300kcal 120kcal 300kcal 3	Real 288kcal エネルギー 120kcal 279kcal エネルギー 150kcal 309kcal エネルギー											
食 エネルギー 120kcal 288kcal エネルギー 120kcal 278kcal エネルギー 150kcal 309kcal 209kcal 450kcal エネルギー 150kcal 309kcal 200kcal 450kcal エネルギー 150kcal 309kcal 450kcal エネルギー 150kcal 309kcal エネルギー 150kcal 300kcal 120kcal 300kcal 300kcal 120kcal 300kcal 300kcal 300kcal 120kcal 300kcal 3	Real 288kcal エネルギー 120kcal 279kcal エネルギー 150kcal 309kcal エネルギー		兴美压 57.4	ارد ملا ۱۱ ت	兴美 体 以	الديط ال	兴美 体 数据	الديط ال	兴美 体 以 地口	الديط ال	兴美 体 以境 。	الديط ال
蛋白質 7.0g 目の 7.0g 目の 3.0g 名目質 3.0g 名目質 5.0g 8.7g 第4度 10.3g 置白質 7.3g 置角質 7.0g 脂質 3.4g 4.1g 版 7.5g 50.9g 炭水化物 12.9g 45.0g 炭水化物 12.9g 42.0g 大全粥24.0g 大全粥24.0g 大子ぶめの炒め 素 乳麦 大豆と椎茸の魚物 麦 煮は酢・ 7ルセツ・栄養価 おかずセット 7ルセツ・栄養価 おかずセット 7ルセツ・栄養価 おかずセット 7ルセツ・栄養価 おかずセット 7ルセツ・栄養価 おかずセット 7ルセツ・大きをいる 12.0g 第1 13.0g 第1 17.0g 第1 17.0g 第1 17.0g 第1 17.0g 第1 17.0g 12.0g 大中のシストリーン 7.0g 第1 17.0g 第1 17.0g 大中のシストリーン 7.0g 第1 17.0g 第1 17.0g 大中のシストリーン 7.0g 第1 17.0g 大中のシストリーン 7.0g 第1 17.0g 大中のシストリーン 7.0g 第1 17.0g 大中のシストリーン 7.0g 第1 17.0g 第1 1	□ 10.7g 蛋白質 5.0g 8.7g 蛋白質 6.6g 10.3g 蛋白質 5.7g 9.4g 蛋白質 7.3g 11.0g マクロ 脂質 3.4g 41g 脂質 7.5g 8.2g 脂質 8.7g 炭水化物 17.9g 50.9g 炭水化物 12.9g サトリウム 567mg 1007mg ナトリウム 567mg 1007mg ナトリウム 567mg 1007mg ナトリウム 567mg カードリウム 56 mg カードリウム 5 大き	\triangle	木食川 あかり	マット ノル ピット								
蛋白質 7.0g 目の 7.0g 目の 3.0g 名目質 3.0g 名目質 5.0g 8.7g 第4度 10.3g 置白質 7.3g 置角質 7.0g 脂質 3.4g 4.1g 版 7.5g 50.9g 炭水化物 12.9g 45.0g 炭水化物 12.9g 42.0g 大全粥24.0g 大全粥24.0g 大子ぶめの炒め 素 乳麦 大豆と椎茸の魚物 麦 煮は酢・ 7ルセツ・栄養価 おかずセット 7ルセツ・栄養価 おかずセット 7ルセツ・栄養価 おかずセット 7ルセツ・栄養価 おかずセット 7ルセツ・栄養価 おかずセット 7ルセツ・大きをいる 12.0g 第1 13.0g 第1 17.0g 第1 17.0g 第1 17.0g 第1 17.0g 第1 17.0g 12.0g 大中のシストリーン 7.0g 第1 17.0g 第1 17.0g 大中のシストリーン 7.0g 第1 17.0g 第1 17.0g 大中のシストリーン 7.0g 第1 17.0g 大中のシストリーン 7.0g 第1 17.0g 大中のシストリーン 7.0g 第1 17.0g 大中のシストリーン 7.0g 第1 17.0g 第1 1	□ 10.7g 蛋白質 5.0g 8.7g 蛋白質 6.6g 10.3g 蛋白質 5.7g 9.4g 蛋白質 7.3g 11.0g マクロ 脂質 3.4g 41g 脂質 7.5g 8.2g 脂質 8.7g 炭水化物 17.9g 50.9g 炭水化物 12.9g サトリウム 567mg 1007mg ナトリウム 567mg 1007mg ナトリウム 567mg 1007mg ナトリウム 567mg カードリウム 56 mg カードリウム 5 大き	艮	エネルギー 129k	kcal 288kcal	エネルギー 120kcal	279kcal	エネルギー 150kcal	309kcal	エネルギー 150kcal	309kcal	エネルギー 150kcal	309kcal
胎質 6.3g 7.0g 胎質 3.4g 4.1g 放水化物 12.9g 45.9g 放水化物 12.0g 45.0g 放水化物 12.0g 45.0g 放水化物 12.0g 45.0g 放水化物 12.0g 45.0g 放水化物 12.0g 6.5gm 990mg 1.0g	2 7.0g 脂質 3.4g 4.1g 炭水化物 12.9g 50.9g 炭水化物 12.9g 45.9g 炭水化物 12.9g 45.9g 炭水化物 12.9g 45.0g 炭水化物 12.9g 1000 mg 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1 1											11 Oc
炭水化物 11.1 g	2 44. 「g 炭水化物 17.9g 50.9g 炭水化物 12.9g 979mg 990mg ナトリウム 539mg 979mg 2.5g 食塩相当量 1.4g 2.5g 2.7g ★全祭240g 表 大豆杉田之市の 1.5g 2.7g ★全祭240g 2.5g 表生路 2.5g 2.5g 2.5g 2.5g 2.5g 2.5g 2.5g 2.5g											
炭水化物 11.1 g	2 44. 「g 炭水化物 17.9g 50.9g 炭水化物 12.9g 979mg 990mg ナトリウム 539mg 979mg 2.5g 食塩相当量 1.4g 2.5g 2.7g ★全祭240g 表 大豆杉田之市の 1.5g 2.7g ★全祭240g 2.5g 表生路 2.5g 2.5g 2.5g 2.5g 2.5g 2.5g 2.5g 2.5g		脂 質 6.3g	/.0g	脂 質 3.4g	4.1g	脂 質 /.5g	8.2g	脂質 8./g	9.4g	脂 質 /.5g	8.2g
サトリウム 550mg 990mg サトリウム 650mg 1020mg ナトリウム 620mg カルウム 550mg 990mg ナトリウム 660mg 大金第240g 大塚第240g	990mg											
★金翔240g ★全粥240g 大会のきんびら 表 現の天ぶら 男表	2.5g 食塩田当産 1.4g 2.5g 食塩田当産 1.4g 大会粥240g 大全粥240g 表 大会粥240g 大金粥240g 表 大会粥240g 表 大会粉240g 表 大味噌汁 表 大味噌汁 表 大味噌汁 表 大味噌汁 表 大会粉240g 表 大会粥240g 表 大会粥240g 表 大会粥240g 大会粥24											_
★全郷240g ★全郷240g 大会のきんびら 表 天ぶらのタレ 大きのきんびら 表 大味噌汁 表 株味噌汁 表 大味噌汁 表 大味噌汁 カリカム 11.0g 上 18.0g 上 19.0g 上 1	2.5g 食塩田当産 1.4g 2.5g 食塩田当産 1.4g 大会粥240g 大全粥240g 表 大会粥240g 大金粥240g 表 大会粥240g 表 大会粉240g 表 大味噌汁 表 大味噌汁 表 大味噌汁 表 大味噌汁 表 大会粉240g 表 大会粥240g 表 大会粥240g 表 大会粥240g 大会粥24		ナトリウム 550r	mg 990mg	ナトリウム 539mg	9/9mg	ナトリウム 56/mg	100/mg	ナトリウム 814mg	1254mg	ナトリウム 620mg	1060mg
★全第240g	★全郷240g 大											
アジの幽庵焼 表	妻			2.08		2.08		2.08		0.28		2.7g
アジの幽庵焼 表	妻		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g		★全粥240g	
大きの含んびら 大 大	表 天		アジの幽庵悔	麦		卵麦		麦		麦	メバルのバジルオリーブ(丼	
子人と黙の炒め煮 泉麦落 オンゲンソテー 乳麦 表生作ので3±条 表生作 表生 表生	無 乳麦落 インゲンソテー 乳麦 表 表 表 表 表 表 表 表 表 表 表 表 表 表 ま ま ま ま ま				, · · -							可 丰
香雨とツナのサラダ 原乳表 大豆と椎茸の煮物 表 大豆と椎茸の煮物 表 大豆と椎茸の煮物 表 大味噌汁 大味噌汁 表 大味噌汁 大味噌汁 表 大味噌汁 大味噌汁 表 大味噌汁 表 大味噌汁 表 大味噌汁 表 大味噌汁 大ままままままままままままままままままままままままままままままままままま	京学 東京 大豆と椎茸の煮物 表 大味噌汁 大味噌油 大味噌 大りりしん 大りりん 大水化物 17.3g 50.3g 大水化物 17.3g 50.3g 大りりしん 大米煮面 大りりしん 大米煮面 大りりしん 大米煮面 大りりしん 大米煮面 大りりしん 大米煮面 大りり 大米煮面 大りりしん 大米煮面 大りりしん 大米煮面 大りりしん 大米煮面 大りりしん 大米でしん 大りしん 大米面 大りりしん 大米でしん 大りしん 大米面 大りりしん 大米でしん 大米									-		
香雨とツナのサラダ 原乳表 大豆と椎茸の煮物 表 大豆と椎茸の煮物 表 大豆と椎茸の煮物 表 大味噌汁 大味噌汁 表 大味噌汁 大味噌汁 表 大味噌汁 大味噌汁 表 大味噌汁 表 大味噌汁 表 大味噌汁 表 大味噌汁 大ままままままままままままままままままままままままままままままままままま	京学 東京 大豆と椎茸の煮物 表 大味噌汁 大味噌油 大味噌 大りりしん 大りりん 大水化物 17.3g 50.3g 大水化物 17.3g 50.3g 大りりしん 大米煮面 大りりしん 大米煮面 大りりしん 大米煮面 大りりしん 大米煮面 大りりしん 大米煮面 大りり 大米煮面 大りりしん 大米煮面 大りりしん 大米煮面 大りりしん 大米煮面 大りりしん 大米でしん 大りしん 大米面 大りりしん 大米でしん 大りしん 大米面 大りりしん 大米でしん 大米		ナスと麩の炒め者	到.麦落	インゲンソテー	乳麦	ひき肉と豆腐のうま者	麦落か	さつま芋と大豆のマヨサラダ	卵乳麦	扣 々風春雨	麦落
接価	表											
大味噌汁 麦	★味噌汁 麦 **********************************								★味噌汀	友		
★味噌汁 麦	★味噌汁 麦 **********************************		★味噌汁	麦	煮生酢	麦	★味噌汁	麦			★味噌汁	麦
食 工ネルギー 294kcal 453kcal エネルギー 189kcal 348kcal エネルギー 286kcal 445kcal エネルギー 292kcal 451kcal エネルギー 189kcal 348kcal エネルギー 286kcal 445kcal エネルギー 292kcal 451kcal エネルギー 196kcal 348kcal エネルギー 286kcal 445kcal エネルギー 292kcal 451kcal エネルギー 196kcal 348kcal エネルギー 292kcal 451kcal エネルギー 196kcal 17.1g 18.1g 15.2g 蛋白質 13.5g 17.2g 蛋白質 13.0g 脂質 16.3g 17.2g 蛋白質 13.0g 脂質 16.4g 17.1g 18.1g 9.8g 炭水化物 18.8g 大金彩240g ★全彩240g ★	### プルセット 栄養価 おかずセット フルセット 学養価 おかずセット フルセット 学養価 おかずセット フルセット 学養価 おかずセット フルセット 学養価 おかずセット フルセット 学校園 フルセット 学養価 おかずセット クト・学養価 おかずセット フルセット 学養価 おかずセット クト・学養価 おかずセット クト・学春価 おかずセット クト・学春価 おかずセット クト・学春価 おかずセット クト・学春価 おかずセット クト・学春価 おかずセット クト・学 クト・学春価 おかずセット クト・学 クト・学春価 おかずセート 661kcal 1094kcal エネルギー 661kcal 1094kcal エネルギー 661kcal 1094kcal エネルギー 661kcal 1094kcal エネルギー	_										
食 エネルギー 294kcal 453kcal 348kcal エネルギー 189kcal 蛋白質 15.7g 19.4g 蛋白質 15.7g 18.5g 17.2g 蛋白質 17.1g 20.8g 蛋白質 13.5g 17.2g 蛋白質 17.1g 20.8g 蛋白質 13.5g 17.2g 蛋白質 17.1g 20.8g 蛋白質 13.5g 17.2g 蛋白質 13.0g 脂質 5.2g 馬腹質 15.4g 16.1g 脂質 16.4g 17.1g 蛋白質 13.0g 炭水化物 18.3g ナトリウム 760mg 食塩相当量 1.9g 3.0g ★全粥240g ★金粥240g ★金粉240g ★金粥240g ★金粉240g ★金粉24	Keal 453kcal エネルギー 189kcal 348kcal エネルギー 286kcal 445kcal エネルギー 292kcal 451kcal エネルギー 196kcal 355kcal 19.4g 蛋白質 13.5g 17.2g 蛋白質 13.0g 16.7g 17.0g 田質 15.4g 16.1g 旧質 16.4g 17.1g 旧页 10.4g 10.				▲ "小"目 / 1	久						
食 エネルギー 294kcal 453kcal 348kcal エネルギー 189kcal 蛋白質 15.7g 19.4g 蛋白質 15.7g 18.5g 17.2g 蛋白質 17.1g 20.8g 蛋白質 13.5g 17.2g 蛋白質 17.1g 20.8g 蛋白質 13.5g 17.2g 蛋白質 17.1g 20.8g 蛋白質 13.5g 17.2g 蛋白質 13.0g 脂質 5.2g 馬腹質 15.4g 16.1g 脂質 16.4g 17.1g 蛋白質 13.0g 炭水化物 18.3g ナトリウム 760mg 食塩相当量 1.9g 3.0g ★全粥240g ★金粥240g ★金粉240g ★金粥240g ★金粉240g ★金粉24	Keal 453kcal エネルギー 189kcal 348kcal エネルギー 286kcal 445kcal エネルギー 292kcal 451kcal エネルギー 196kcal 355kcal 19.4g 蛋白質 13.5g 17.2g 蛋白質 13.0g 16.7g 17.0g 田質 15.4g 16.1g 旧質 16.4g 17.1g 旧页 10.4g 10.											
食 エネルギー 294kcal 453kcal	Keal 453kcal エネルギー 189kcal 348kcal エネルギー 286kcal 445kcal エネルギー 292kcal 451kcal エネルギー 196kcal 355kcal 19.4g 蛋白質 13.5g 17.2g 蛋白質 13.0g 16.7g 17.0g 居質 5.2g 5.9g 旧質 15.4g 16.1g 旧質 16.4g 17.1g 旧页 10.4g 17.2g 10.5g 10.4g		学養価 おかず	Ftynk フルセット	学養価 おかずかん	フルカット	学養価 おかずかん	フルカット	学養価 おかずかん	フルセット	学養価 おかずかい	フルカット
蛋白質 15.7g 脂質 5.2g 5.9g 脂質 15.4g 16.1g 脂質 16.3g 17.0g 脂質 5.2g 5.9g 脂質 15.4g 16.1g 脂質 16.4g 17.1g 脂質 9.8g 炭水化物 17.6g 50.6g 炭水化物 23.2g 56.2g 炭水化物 17.6g 50.6g 炭水化物 22.4g 55.4g 炭水化物 14.8g ナトリウム 730mg 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 1.9g 3.1g 食塩相当量 2.3g 3.4g 食塩相当量 2.0g 3.1g 食塩相当量 1.5g ★全粥240g ★全粥240g ★全粥240g ★全粥240g ★中ペツと豚肉の塩あんがけ 竹輸と玉ねぎの磯辺炒め 麦 切干大根としらすの煮物 麦 切干大根としらすの煮物 麦 オクラのペベロンチーノ 表 時間	Rg 17.4g 蛋白質 13.5g 17.2g 蛋白質 17.1g 20.8g 蛋白質 13.5g 17.2g 蛋白質 13.0g 16.7g 17.0g 脂質 5.2g 脂質 15.4g 16.1g 脂質 16.4g 17.1g 脂質 9.8g 10.5g mg 1170mg ナトリウム 760mg 1200mg 1200mg 1355mg ナトリウム 782mg 1222mg ナトリウム 605mg 1045mg 3.0g 食塩相当量 1.9g 3.1g ★全粥240g ★全別240g ★全別240g ★全粥240g ★全別240g ★全	合	不良區 85%·9	1 1 1 1 1	不良画 33が9 とが	0.40	不良	115	不良画 83か9 とか	1511	不良画 33が9 とが	
蛋白質 15.7g 脂質 5.2g 5.9g 脂質 15.4g 16.1g 脂質 16.3g 17.0g 脂質 5.2g 5.9g 脂質 15.4g 16.1g 脂質 16.4g 17.1g 脂質 9.8g 炭水化物 17.6g 50.6g 炭水化物 23.2g 56.2g 炭水化物 17.6g 50.6g 炭水化物 22.4g 55.4g 炭水化物 14.8g ナトリウム 730mg 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 1.9g 3.1g 食塩相当量 2.3g 3.4g 食塩相当量 2.0g 3.1g 食塩相当量 1.5g ★全粥240g ★全粥240g ★全粥240g ★全粥240g ★中ペツと豚肉の塩あんがけ 竹輸と玉ねぎの磯辺炒め 麦 切干大根としらすの煮物 麦 切干大根としらすの煮物 麦 オクラのペベロンチーノ 表 時間	Rg 17.4g 蛋白質 13.5g 17.2g 蛋白質 17.1g 20.8g 蛋白質 13.5g 17.2g 蛋白質 13.0g 16.7g 17.0g 脂質 5.2g 脂質 15.4g 16.1g 脂質 16.4g 17.1g 脂質 9.8g 10.5g mg 1170mg ナトリウム 760mg 1200mg 1200mg 1355mg ナトリウム 782mg 1222mg ナトリウム 605mg 1045mg 3.0g 食塩相当量 1.9g 3.1g ★全粥240g ★全別240g ★全別240g ★全粥240g ★全別240g ★全	艮	エネルギー 294k	kcal 453kcal	エネルキー 189kcal	348kcal	エネルキー 286kcal	445kcal	エネルキー 292kcal	45 IKCal	エネルキー 196kcal	355Kcal
脂質 16.3g 17.0g 脂質 5.2g 5.9g 脂質 15.4g 16.1g 脂質 16.4g 17.1g 脂質 9.8g 炭水化物 18.3g 大いウム 730mg 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 1.9g 3.1g 食塩相当量 2.2g 3.4g ★全粥240g 4中ペツと豚肉の塩あんかけ 竹輪と玉ねぎの磯辺炒め 麦 切干大根としらすの煮物 麦 オクラのペロンチーノ 麦 中内と厚揚げの甘辛煮 別表 本味噌汁 麦 ボテコーンサラダ 東京のおかマヨネーズ和え 別表 味噌汁 麦 ボデューンサラダ 東京のおかマヨネーズ和え 最 東京のおかマヨネーズ和え 現 東京のおかなヨネーズ和え 最 東京のおかなヨネーズ和え ま 東京のおかなヨネーズ和え 最 東京のおかなヨネーズ和え ま 東京のおかなヨネーズ和え ま 東京のおかなヨネーズ和え 最 東京のおかなヨネーズ和え ま 東京のおかぶの三杯酢 ま 東京の音 11.3g 15.0g 蛋白質 12.4g 16.1g 蛋白質 11.2g 12.7g 13.4g 脂質 13.5g 14.2g 配質 12.0g 脂質 13.7g 8.8g 炭水化物 17.3g 50.3g 炭水化物 34.8g 67.8g 炭水化物 12.6g 炭水化物 12.6g 炭水化物 17.3g 19.0g 塩塩相当量 2.2g 3.3g 塩塩相当 1.9g 3.0g 塩塩相当 2.2g 1.4g 1.2g 塩塩日 2.2g 1.4g 1.2g 1.2g 1.2g 1.2g 1.2g 1.2g 1.2g 1.2	8g 17.0g 脂質 5.2g 5.9g 脂質 15.4g			σ 194σ	蛋白質 13.5σ	17 2g	蛋白質 171σ	20.8g	蛋白質 13.5σ	17 2g	蛋白質 13 Nσ	16.7g
 炭水化物 18.3g	8g 51.3g 炭水化物 23.2g 56.2g 炭水化物 17.6g 50.6g 炭水化物 22.4g 55.4g 炭水化物 14.8g 47.8g 1170mg 1170mg 1170mg 1170mg 1200mg 1200mg 1200mg 3.0g 食塩相当量 2.0g 3.1g 食塩相当量 2.0g 3.1g 食塩相当量 2.0g 3.1g 食塩相当量 1.5g 2.7g ★全粥240g ★全別240g ★会別240g											
### 170mg	Mg		脂 質 16.3									
### ### ### ### ### ### ### ### ### ##	Mg		炭水化物 18.3	g 51.3g	炭水化物 23.2g	56.2g	炭水化物 17.6g	50.6g	炭水化物 22.4g	55.4g	炭水化物 14.8g	47.8g
食塩相当量 1.9g	3.0g ★全粥240g ★全粥240g ★全粥240g ★全粥240g											
★全粥240g ★金粥240g ★金刚240g ★金和240g ★金和	★全粥240g んかけ 牛肉と厚揚げの甘辛煮 乳麦 ロールキャベッのトマト煮込み 表 がすせか 表 サリリ豆腐 卵乳麦 かりり豆腐 卵乳麦 かりり豆腐 卵乳麦 かりり豆腐 卵乳麦 大味噌汁 ま ボテコーンサラダ 東味噌汁 栄養価 おかずせか フルセット 栄養価 おかずせか フルセット 株 は 353kcal エネルギー 310kcal 469kcal エネルギー 289kcal 83 15.0g 蛋白質 12.4g 16.1g 蛋白質 8.4g 12.1g 蛋白質 11.0g 14.7g 蛋白質 12.0g 15.7g 8.8g 脂質 20.7g 21.4g 脂質 12.7g 13.4g 脂質 13.5g 14.2g 脂質 14.9g 15.6g 別別 1308mg ナトリウム 996mg 1436mg ナトリウム 753mg 1193mg ナトリウム 744mg 1184mg ナトリウム 883mg 1323mg 3.3g 食塩相当量 2.5g 3.7g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 1.2g 3.0g 食塩相当量 2.2g 3.4g ポーツト 大養価 おかずセット フルセット 栄養価 おかずセット フルセット 栄養価 おかずセット フルセット 大き価 おかずセット フルセット 大き面 おかずセット フルセット 大き面 おかずセット フルセット 大き価 おかずセット フルセット 大き個 おかずセット フルセット 大き回 おかずセット フルセット 大き面 おかずセット フルセット 大き回 おかずとり フルセット 大き回 から 1098kcal エネルギー 667kcal 1144kcal エネルギー 601kcal 1078kcal											
★全粥240g	★全粥240g		食塩相当量 1.9g	3.0g	食塩相当量 1.9g	3.1g	食塩相当量 2.3g	3.4g	食塩相当量 2.0g	3.1g	食塩相当量 1.5g	2.7g
## ***********************************	## Proper Part		★全础240g		★全跳240σ			_	★全跳240σ		★全础240σ	
#	型炒め 麦 切干大根としらすの煮物 麦 オクラのペペロンチーノ 金時豆煮 麦 サペ・マコ・ス和え 東 中鳴汁							10 m +		+		+
# まずとパインの酢の物 麦 *** *** *** *** *** *** *** *** ***	表		キャベツと豚肉の塩あん	んかけ	牛肉と厚揚げの甘辛煮	乳麦	ロールキャベツのトマト煮込み	驯乳麦	さは梅煮		豚肉とインゲンの山椒炒め	麦
# まずとパインの酢の物 麦 *** *** *** *** *** *** *** *** ***	表		竹輪と玉わぎの磯辺	1炒め 麦	切干大根としらすの者物	麦	オクラのペペロンチーノ		麩の野草あんかけ	麦	小り豆腐	س到 麦
★味噌汁 麦 ★ 味噌汁 カルセット 栄養価 おかずセット フルセット 常養価 おかずセット フルセット 常養価 おかずセット フルセット 常養価 おかずセット フルセット 常養価 おかずセット フルウム 868mg 1308mg ナトリウム 868mg 1308mg カトリウム 996mg 1436mg カトリウム 753mg 1193mg カトリウム 744mg 1184mg カトリウム 883mg 食塩相当量 2.2g 3.3g 食塩相当量 2.5g 3.7g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 2.2g まかずセット フルセット 栄養価 おかずセット フルセット 栄養価 おかずセット フルセット 栄養価 おかずセット フルセット 栄養価 おかずセット コネルギー 619kcal 1096kcal エネルギー 617kcal 32.3g ほ 32.3g 歳 32.8g 脂質 29.3g 31.4g 脂質 35.6g 37.7g 脂質 30.2g 41.3g 蛋白質 32.2g 炭水化物 48.2g は46.0g 炭水化物 58.4g 157.4g 炭水化物 65.3g 164.3g 炭水化物 47.0g 146.0g 炭水化物 45.9g	表 ★味噌汁 麦 ポテコーンサラダ 駅乳麦 麦 ★味噌汁 麦 ★味噌汁 麦 ★味噌汁 麦 ★ 味噌汁 麦 ★ 味噌汁							±				
★味噌汁 麦 栄養価 おかずセット フルセット 栄養価 スカルギー 225kcal 384kcal エネルギー 255kcal エネルギー 225kcal 384kcal エネルギー 255kcal エネルギー 13.5g 旧質 14.2g 旧グ カップ・カン 大き カップ・カン 大き 大・レーン 大き エネルギー 184kcal エネルギー 194kcal エネルギー 619kcal エネルギー 619kcal エネルギー 619kcal エネルギー 617kcal 1094kcal エネルギー 619kcal エネルギー 619kcal エネルギー 617kcal 1094kcal エネルギー 619kcal エネルギー 725kcal 1202kcal エネルギー 667kcal 1144kcal エネルギー 601kcal エネルギー 601kcal エネルギー 667kcal 1144kcal エネルギー 601kcal	★味噌汁 麦 **********************************											
★味噌汁 麦 栄養価 おかずセット フルセット 栄養価 スカルギー 225kcal 384kcal エネルギー 255kcal エネルギー 225kcal 384kcal エネルギー 255kcal エネルギー 13.5g 旧質 14.2g 旧グ カップ・カン 大き カップ・カン 大き 大・レーン 大き エネルギー 184kcal エネルギー 194kcal エネルギー 619kcal エネルギー 619kcal エネルギー 619kcal エネルギー 617kcal 1094kcal エネルギー 619kcal エネルギー 619kcal エネルギー 617kcal 1094kcal エネルギー 619kcal エネルギー 725kcal 1202kcal エネルギー 667kcal 1144kcal エネルギー 601kcal エネルギー 601kcal エネルギー 667kcal 1144kcal エネルギー 601kcal	★味噌汁 麦 **********************************		★味噌汁	麦	★味噌汁	麦	ポテコーンサラダ	卵乳麦	★味噌汁	麦	★味噌汁	麦
栄養価 おかずセット フルセット 大小七一 255kcal ならり 11.0g 14.7g 蛋白質 12.0g 日質 12.0g 日質 12.0g 日質 12.7g 13.4g 日質 13.5g 14.2g 日質 14.9g 日質 14.9g 日質 14.9g 日質 14.9g 日本 フルセット 大トリウム 744mg 18.8g 大トリウム 744mg 18.8mg 大トリウム 744mg 18.8mg 大トリウム 744mg 18.8mg 大トリウム 744mg 18.8mg 大トリウム 744mg 18.4mg カトリウム 883mg 大トリウム 744mg 18.4mg カトリウム 744mg 18.4mg カトリウム 883mg 大米食品 日本 カルギー 19.9g 3.0g 食塩相当量 1.9g 3.0g 大米・オー 10.94kcal エネルギー 61.7kcal 11.3g 蛋白質 32.3g 11.3g	デセット フルセット 栄養価 おかずセット フルセット 栄養価 おかずセット フルセット 栄養価 おかずセット フルセット 栄養価 おかずセット フルセット kcal 353kcal エネルギー 310kcal 469kcal エネルギー 289kcal 448kcal エネルギー 225kcal 384kcal エネルギー 255kcal 414kcal 3g 15.0g 蛋白質 12.4g 16.1g 蛋白質 8.4g 12.1g 蛋白質 11.0g 14.7g 蛋白質 12.0g 15.7g 8g 8.8g 脂質 20.7g 21.4g 脂質 12.7g 13.4g 脂質 13.5g 14.2g 脂質 14.9g 15.6g 8g 51.8g 炭水化物 17.3g 50.3g 炭水化物 34.8g 67.8g 炭水化物 12.6g 45.6g 炭水化物 17.3g 50.3g 8mg 1308mg ナトリウム 996mg 1436mg ナトリウム 753mg 1193mg ナトリウム 744mg 1184mg ナトリウム 883mg 1323mg 8g 3.3g 食塩相当量 2.5g 3.7g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 2.2g 3.4g ずセット フルセット 栄養価 おかずセット フルセット 栄養価 おかずセット フルセット 栄養価 おかずセット フルセット kcal 1094kcal エネルギー 619kcal 1096kcal エネルギー 725kcal 1202kcal エネルギー 667kcal 1144kcal エネルギー 601kcal 1078kcal		7. 11. 27.		7. 11. []71				7. 11. []71		7. 11. [] 7.	
食 エネルギー 194kcal 353kcal エネルギー 310kcal 469kcal エネルギー 289kcal 448kcal エネルギー 225kcal 384kcal エネルギー 255kcal 蛋白質 11.3g 15.0g 蛋白質 12.4g 16.1g 蛋白質 8.4g 12.1g 蛋白質 11.0g 14.7g 蛋白質 12.0g 脂質 8.1g 8.8g 脂質 20.7g 21.4g 脂質 12.7g 13.4g 脂質 13.5g 14.2g 脂質 14.9g 炭水化物 18.8g 51.8g 炭水化物 17.3g 50.3g 炭水化物 34.8g 67.8g 炭水化物 12.6g 45.6g 炭水化物 17.3g 14.9g 上トリウム 868mg 1308mg ナトリウム 996mg 1436mg ナトリウム 753mg 1193mg ナトリウム 744mg 1184mg ナトリウム 883mg 食塩相当量 2.2g 3.3g 食塩相当量 2.5g 3.7g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 2.2g 第養価 おかずセット フルセット 栄養価 まかずセット フルセット 栄養価 おかずセット フルセット 大き クロ・ファント では、ファント・ファント・ファント・ファント・ファント・ファント・ファント・ファント・	Real 353kcal エネルギー 310kcal 469kcal エネルギー 289kcal 448kcal エネルギー 225kcal 384kcal エネルギー 255kcal 414kcal 36g 15.0g 蛋白質 12.4g 16.1g 蛋白質 8.4g 12.1g 蛋白質 11.0g 14.7g 蛋白質 12.0g 15.7g 13.4g 脂質 13.5g 14.2g 脂質 14.9g 15.6g 最好 17.3g 50.3g 炭水化物 17.3g 50.3g 炭水化物 14.6g 大トリウム 744mg 1184mg ナトリウム 883mg 1323mg 3.3g 食塩相当量 2.5g 3.7g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 2.2g 3.4g 3.0g 1094kcal エネルギー 619kcal 1096kcal エネルギー 725kcal 1202kcal エネルギー 667kcal 1144kcal エネルギー 601kcal 1078kcal	7					其 作旧八	久				
食 エネルギー 194kcal 353kcal エネルギー 310kcal 469kcal エネルギー 289kcal 448kcal エネルギー 225kcal 384kcal エネルギー 255kcal 蛋白質 11.3g 15.0g 蛋白質 12.4g 16.1g 蛋白質 8.4g 12.1g 蛋白質 11.0g 14.7g 蛋白質 12.0g 脂質 8.1g 8.8g 脂質 20.7g 21.4g 脂質 12.7g 13.4g 脂質 13.5g 14.2g 脂質 14.9g 炭水化物 18.8g 51.8g 炭水化物 17.3g 50.3g 炭水化物 34.8g 67.8g 炭水化物 12.6g 45.6g 炭水化物 17.3g 14.9g 上トリウム 868mg 1308mg ナトリウム 996mg 1436mg ナトリウム 753mg 1193mg ナトリウム 744mg 1184mg ナトリウム 883mg 食塩相当量 2.2g 3.3g 食塩相当量 2.5g 3.7g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 2.2g 第養価 おかずセット フルセット 栄養価 まかずセット フルセット 栄養価 おかずセット フルセット 大き クロ・ファント では、ファント・ファント・ファント・ファント・ファント・ファント・ファント・ファント・	Real 353kcal エネルギー 310kcal 469kcal エネルギー 289kcal 448kcal エネルギー 225kcal 384kcal エネルギー 255kcal 414kcal 36g 15.0g 蛋白質 12.4g 16.1g 蛋白質 8.4g 12.1g 蛋白質 11.0g 14.7g 蛋白質 12.0g 15.7g 13.4g 脂質 13.5g 14.2g 脂質 14.9g 15.6g 最好 15.8g 最好 17.3g 50.3g 最大化物 17.3g 50.3g 最大化物 12.6g 最大化物 12.6g 最大化物 17.3g 50.3g 最大化物 15.6g 最大化物 15.6g 最大化物 15.6g 日本化物 15.											
食 エネルギー 194kcal 353kcal エネルギー 310kcal 469kcal エネルギー 289kcal 448kcal エネルギー 225kcal 384kcal エネルギー 255kcal 蛋白質 11.3g 15.0g 蛋白質 12.4g 16.1g 蛋白質 8.4g 12.1g 蛋白質 11.0g 14.7g 蛋白質 12.0g 脂質 8.1g 8.8g 脂質 20.7g 21.4g 脂質 12.7g 13.4g 脂質 13.5g 14.2g 脂質 14.9g 炭水化物 18.8g 51.8g 炭水化物 17.3g 50.3g 炭水化物 34.8g 67.8g 炭水化物 12.6g 45.6g 炭水化物 17.3g 14.9g 上トリウム 868mg 1308mg ナトリウム 996mg 1436mg ナトリウム 753mg 1193mg ナトリウム 744mg 1184mg ナトリウム 883mg 食塩相当量 2.2g 3.3g 食塩相当量 2.5g 3.7g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 2.2g 第養価 おかずセット フルセット 栄養価 まかずセット フルセット 栄養価 おかずセット フルセット 大き クロ・ファント では、ファント・ファント・ファント・ファント・ファント・ファント・ファント・ファント・	Real 353kcal エネルギー 310kcal 469kcal エネルギー 289kcal 448kcal エネルギー 225kcal 384kcal エネルギー 255kcal 414kcal 36g 15.0g 蛋白質 12.4g 16.1g 蛋白質 8.4g 12.1g 蛋白質 11.0g 14.7g 蛋白質 12.0g 15.7g 13.4g 脂質 13.5g 14.2g 脂質 14.9g 15.6g 最好 15.8g 最好 17.3g 50.3g 最大化物 17.3g 50.3g 最大化物 12.6g 最大化物 12.6g 最大化物 17.3g 50.3g 最大化物 15.6g 最大化物 15.6g 最大化物 15.6g 日本化物 15.											
食 エネルギー 194kcal 353kcal エネルギー 310kcal 469kcal エネルギー 289kcal 448kcal エネルギー 225kcal 384kcal エネルギー 255kcal 蛋白質 11.3g 15.0g 蛋白質 12.4g 16.1g 蛋白質 8.4g 12.1g 蛋白質 11.0g 14.7g 蛋白質 12.0g 脂質 8.1g 8.8g 脂質 20.7g 21.4g 脂質 12.7g 13.4g 脂質 13.5g 14.2g 脂質 14.9g 炭水化物 18.8g 51.8g 炭水化物 17.3g 50.3g 炭水化物 34.8g 67.8g 炭水化物 12.6g 45.6g 炭水化物 17.3g 14.9g 上トリウム 868mg 1308mg ナトリウム 996mg 1436mg ナトリウム 753mg 1193mg ナトリウム 744mg 1184mg ナトリウム 883mg 食塩相当量 2.2g 3.3g 食塩相当量 2.5g 3.7g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 2.2g 第養価 おかずセット フルセット 栄養価 おかずセット フルセット 大き クロ・ファン・フルセット できる ログ・ファン・ファン・ファン・ファン・ファン・ファン・ファン・フルセット フルセット フル・ファン・ファン・フルセット フル・ファン・フル・ファン・ファン・ファン・ファン・ファン・ファン・ファン・ファン・ファン・ファン	Real 353kcal エネルギー 310kcal 469kcal エネルギー 289kcal 448kcal エネルギー 225kcal 384kcal エネルギー 255kcal 414kcal 36g 15.0g 蛋白質 12.4g 16.1g 蛋白質 8.4g 12.1g 蛋白質 11.0g 14.7g 蛋白質 12.0g 15.7g 13.4g 脂質 13.5g 14.2g 脂質 14.9g 15.6g 最好 15.8g 最好 17.3g 50.3g 最大化物 17.3g 50.3g 最大化物 12.6g 最大化物 12.6g 最大化物 17.3g 50.3g 最大化物 15.6g 最大化物 15.6g 最大化物 15.6g 日本化物 15.		労姜 福 ****	المرجل ال ٦ المرجلة	労養価 おおずいし	الدول ال	労養価 おかずいし	المرطي ال	労養価 おおずいし	المرجل ال	労養価 おかずいし	المدول ال
蛋白質 11.3g 15.0g 蛋白質 12.4g 16.1g 蛋白質 8.4g 12.1g 蛋白質 11.0g 14.7g 蛋白質 12.0g 脂質 8.1g 8.8g 脂質 20.7g 21.4g 脂質 12.7g 13.4g 脂質 13.5g 14.2g 脂質 14.9g 炭水化物 18.8g 51.8g 炭水化物 17.3g 50.3g 炭水化物 34.8g 67.8g 炭水化物 12.6g 炭水化物 17.3g 50.3g 大トリウム 868mg 1308mg ナトリウム 996mg 1436mg ナトリウム 753mg 1193mg ナトリウム 744mg 1184mg ナトリウム 883mg 食塩相当量 2.2g 3.3g 食塩相当量 2.5g 3.7g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 2.2g 第 3.0g 食塩相当量 2.2g 3.0g 食塩相当量 3.0g 蛋白質 32.3g 43.2g 蛋白質 30.2g 41.3g 蛋白質 32.3g 43.2g 蛋白質 30.2g 41.3g 蛋白質 32.2g 3.0g 炭水化物 48.2g	3g 15.0g 蛋白質 12.4g 16.1g 蛋白質 8.4g 12.1g 蛋白質 11.0g 14.7g 蛋白質 12.0g 15.7g 8.8g 脂質 20.7g 21.4g 脂質 12.7g 13.4g 脂質 13.5g 14.2g 脂質 14.9g 15.6g 炭水化物 17.3g 50.3g 炭水化物 34.8g 67.8g 炭水化物 12.6g 炭水化物 17.3g 50.3g 大トリウム 996mg 1436mg ナトリウム 753mg 1193mg ナトリウム 744mg 1184mg ナトリウム 883mg 1323mg 3.3g 食塩相当量 2.5g 3.7g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 2.2g 3.4g ポセット フルセット 栄養価 おかずセット フルセット 栄養価 おかずセット フルセット 大養価 おかずセット フルセット											
蛋白質 11.3g 15.0g 蛋白質 12.4g 16.1g 蛋白質 8.4g 12.1g 蛋白質 11.0g 14.7g 蛋白質 12.0g 脂質 8.1g 8.8g 脂質 20.7g 21.4g 脂質 12.7g 13.4g 脂質 13.5g 14.2g 脂質 14.9g 炭水化物 18.8g 51.8g 炭水化物 17.3g 50.3g 炭水化物 34.8g 67.8g 炭水化物 12.6g 炭水化物 12.6g 炭水化物 17.3g 50.3g 大トリウム 868mg 食塩相当量 2.2g 3.3g 食塩相当量 2.5g 3.7g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 2.2g 第 章 章 章 章 章 章 章 章 章 章 章 章 章 章 章 章 章 章	3g 15.0g 蛋白質 12.4g 16.1g 蛋白質 8.4g 12.1g 蛋白質 11.0g 14.7g 蛋白質 12.0g 15.7g 8.8g 脂質 20.7g 21.4g 脂質 12.7g 13.4g 脂質 13.5g 14.2g 脂質 14.9g 15.6g 炭水化物 17.3g 50.3g 炭水化物 34.8g 67.8g 炭水化物 12.6g 炭水化物 17.3g 50.3g 大トリウム 996mg 1436mg ナトリウム 753mg 1193mg ナトリウム 744mg 1184mg ナトリウム 883mg 1323mg 3.3g 食塩相当量 2.5g 3.7g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 2.2g 3.4g ポセット フルセット 栄養価 おかずセット フルセット 栄養価 おかずセット フルセット 大養価 おかずセット フルセット	艮	エネルギー 194k	kcal 353kcal	エネルギー 310kcal	469kcal	エネルギー 289kcal	448kcal	エネルギー 225kcal	384kcal	エネルギー 255kcal	414kcal
脂質 8.1g 8.8g 脂質 20.7g 21.4g 脂質 12.7g 13.4g 脂質 13.5g 14.2g 脂質 14.9g 炭水化物 18.8g 51.8g 炭水化物 17.3g 50.3g 炭水化物 34.8g 67.8g 炭水化物 12.6g 45.6g 炭水化物 17.3g 50.3g 炭水化物 34.8g 67.8g 炭水化物 12.6g 45.6g 炭水化物 17.3g 50.3g 食塩相当量 2.2g 3.3g 食塩相当量 2.5g 3.7g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 2.2g 業養価 おかずセット フルセット 栄養価 おかずセット コルセット 栄養価 おかずセット フルセット 学養価 おかずセット フルセット 学養価 おかずセット フルセット 学養価 おかずセット フルセット 学養価 おかずセット フルセット フルセット 学養価 おかずセット フルセット 学養価 おかずセット フルセット マル・ロート ロート ロート ロート ロート ロート ロート ロート ロート ロート	8.8g 脂質 20.7g 21.4g 脂質 12.7g 13.4g 脂質 13.5g 14.2g 脂質 14.9g 15.6g 8g 51.8g 炭水化物 17.3g 50.3g 炭水化物 34.8g 67.8g 炭水化物 12.6g 炭水化物 17.3g 50.3g mg 1308mg ナトリウム 996mg 1436mg ナトリウム 753mg 1193mg ナトリウム 744mg 1184mg ナトリウム 883mg 1323mg g 3.3g 食塩相当量 2.5g 3.7g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 2.2g 3.4g ボセット フルセット 栄養価 おかずセット フルセット 栄養価 おかずセット フルセット 栄養価 おかずセット フルセット kcal 1094kcal エネルギー 619kcal 1096kcal エネルギー 725kcal 1202kcal エネルギー 667kcal 1144kcal エネルギー 601kcal 1078kcal											
 炭水化物 18.8g 51.8g 炭水化物 17.3g 50.3g 炭水化物 34.8g 67.8g 炭水化物 12.6g 45.6g 炭水化物 17.3g 51.1g 大トリウム 868mg 1308mg ナトリウム 996mg 1436mg ナトリウム 753mg 1193mg ナトリウム 744mg 1184mg ナトリウム 883mg 食塩相当量 2.2g 3.3g 食塩相当量 2.5g 3.7g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 2.2g 第 3.0g 食塩相当量 2.2g 3.0g 食塩相当量 3.0g 食塩相当量 2.2g 3.0g 食塩相当量 2.2g 3.0g 4.0g 45.1g 34.0g 45.1g 蛋白質 30.9g 42.0g 蛋白質 32.1g 43.2g 蛋白質 30.2g 41.3g 蛋白質 32.3g 4.0g 30.7g 32.8g 脂質 29.3g 31.4g 脂質 35.6g 37.7g 脂質 38.6g 40.7g 脂質 32.2g 炭水化物 48.2g 炭水化物 48.2g 炭水化物 58.4g 157.4g 炭水化物 65.3g 164.3g 炭水化物 47.0g 146.0g 炭水化物 45.9g 	3g51.8g炭水化物 17.3g50.3g炭水化物 34.8g67.8g炭水化物 12.6g45.6g炭水化物 17.3g50.3gmg1308mgナトノウム 996mg1436mgナトノウム 753mg1193mgナトノウム 744mg1184mgナトノウム 883mg1323mgg3.3g食塩相当量 2.5g3.7g食塩相当量 1.9g3.0g食塩相当量 1.9g3.0g食塩相当量 2.2g3.4gずセット フルセット 栄養価おかずセット フルセット 株大養価おかずセット フルセット 大養価おかずセット フルセット 大き価おかずセット フルセット 大き価1144kcal エネルギー 601kcal 1078kcal											
 炭水化物 18.8g 51.8g 炭水化物 17.3g 50.3g 炭水化物 34.8g 67.8g 炭水化物 12.6g 45.6g 炭水化物 17.3g 51.1g 大トリウム 868mg 1308mg ナトリウム 996mg 1436mg ナトリウム 753mg 1193mg ナトリウム 744mg 1184mg ナトリウム 883mg 食塩相当量 2.2g 3.3g 食塩相当量 2.5g 3.7g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 2.2g 第 3.0g 食塩相当量 2.2g 3.0g 食塩相当量 3.0g 食塩相当量 2.2g 3.0g 食塩相当量 2.2g 3.0g 4.0g 45.1g 34.0g 45.1g 蛋白質 30.9g 42.0g 蛋白質 32.1g 43.2g 蛋白質 30.2g 41.3g 蛋白質 32.3g 4.0g 30.7g 32.8g 脂質 29.3g 31.4g 脂質 35.6g 37.7g 脂質 38.6g 40.7g 脂質 32.2g 炭水化物 48.2g 炭水化物 48.2g 炭水化物 58.4g 157.4g 炭水化物 65.3g 164.3g 炭水化物 47.0g 146.0g 炭水化物 45.9g 	3g51.8g炭水化物 17.3g50.3g炭水化物 34.8g67.8g炭水化物 12.6g45.6g炭水化物 17.3g50.3gmg1308mgナトノウム 996mg1436mgナトノウム 753mg1193mgナトノウム 744mg1184mgナトノウム 883mg1323mgg3.3g食塩相当量 2.5g3.7g食塩相当量 1.9g3.0g食塩相当量 1.9g3.0g食塩相当量 2.2g3.4gずセット フルセット 栄養価おかずセット フルセット 株大養価おかずセット フルセット 大養価おかずセット フルセット 大き価おかずセット フルセット 大き価1144kcal エネルギー 601kcal 1078kcal		脂質 8.1g	8.8g	脂質 20./g	21.4g	脂質 12./g	13.4g	脂 質 13.5g	14.2g	脂 質 14.9g	15.6g
ナトリウム868mg1308mgナトリウム996mg1436mgナトリウム753mg1193mgナトリウム744mg1184mgナトリウム883mg食塩相当量2.2g3.3g食塩相当量2.5g3.7g食塩相当量1.9g3.0g食塩相当量1.9g3.0g食塩相当量2.2g3.0g栄養価おかずセットフルセット栄養価おかずセットフルセット栄養価おかずセットフルセット栄養価おかずセットフルセット栄養価おかずセットフルセット栄養価おかずセットフルセット栄養価おかずセットフルセット栄養価おかずセット144kcalエネルギー601kcalエネルギー601kcalエネルギー601kcalエネルギー607kcal1144kcalエネルギー601kcal第第30.2g41.3g蛋白質32.3g43.2g蛋白質30.2g41.3g蛋白質32.3g43.2g場合の場合の場合の場合の場外化物48.2g147.2g炭水化物58.4g157.4g炭水化物65.3g164.3g炭水化物47.0g146.0g炭水化物45.9g	mg 1308mg ナトリウム 996mg 1436mg ナトリウム 753mg 1193mg ナトリウム 744mg 1184mg ナトリウム 883mg 1323mg 3.3g 食塩相当量 2.5g 3.7g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 1.9g 3.0g 食塩相当量 2.2g 3.4g プレセット 栄養価 おかずセット フルセット 栄養価 おかずセット フルセット 栄養価 おかずセット フルセット 大養価 おかずセット フルセット 大きに おいずセット フルセット 大きに おいずセット フルセット 大きに おいずセット フルセット マルマート 1078kcal コンタート											
食塩相当量 2.2g3.3g食塩相当量 2.5g3.7g食塩相当量 1.9g3.0g食塩相当量 1.9g3.0g食塩相当量 1.9g3.0g食塩相当量 1.9g3.0g食塩相当量 2.2g3.0g食塩相当量 2.2g3.0g2.0g本ルギー 601kcal1144kcal エネルギー 601kcal32.3g蛋白質 32.3g43.2g蛋白質 30.2g41.3g蛋白質 32.3g43.2g蛋白質 30.7g脂質 38.6g40.7g脂質 32.2g <th>g3.3g食塩相当量 2.5g3.7g食塩相当量 1.9g3.0g食塩相当量 1.9g3.0g食塩相当量 2.2g3.4gずセット フルセット 栄養価 おかずセット フルセット 栄養価 おかずセット フルセット 栄養価 おかずセット フルセット kcal 1094kcal エネルギー 619kcal 1096kcal エネルギー 725kcal 1202kcal エネルギー 667kcal 1144kcal エネルギー 601kcal 1078kcal1078kcal 1078kcal</th> <th></th>	g3.3g食塩相当量 2.5g3.7g食塩相当量 1.9g3.0g食塩相当量 1.9g3.0g食塩相当量 2.2g3.4gずセット フルセット 栄養価 おかずセット フルセット 栄養価 おかずセット フルセット 栄養価 おかずセット フルセット kcal 1094kcal エネルギー 619kcal 1096kcal エネルギー 725kcal 1202kcal エネルギー 667kcal 1144kcal エネルギー 601kcal 1078kcal1078kcal 1078kcal											
栄養価 おかずセット フルセット 学養価 おかずセット フルモット フルセット 学養価 おかずセット フルモット 学養価 オールギー 601kcal エネルギー 607kcal エネルギー 617kcal エネルギー	ずセット フルセット 栄養価 おかずセット フルセット kcal 1094kcal エネルギー 619kcal 1096kcal エネルギー 725kcal 1202kcal エネルギー 667kcal 1144kcal エネルギー 601kcal 1078kcal		ナトリワム 868r	mg 1308mg								1323mg
栄養価 おかずセット フルセット 学養価 おかずセット フルモット フルセット 学養価 おかずセット フルモット 学養価 オールギー 601kcal エネルギー 607kcal エネルギー 617kcal エネルギー	ずセット フルセット 栄養価 おかずセット フルセット kcal 1094kcal エネルギー 619kcal 1096kcal エネルギー 725kcal 1202kcal エネルギー 667kcal 1144kcal エネルギー 601kcal 1078kcal		食塩相当量 22g	3 3g	食塩相当量 2.5g	3.7g	食塩相当量 190	3.0g	食塩相当量 190	3.0g	食塩相当量 22g	3.40
合エネルギー 617kcal1094kcalエネルギー 619kcal1096kcalエネルギー 725kcal1202kcalエネルギー 667kcal1144kcalエネルギー 601kcal蛋白質34.0g45.1g蛋白質30.9g42.0g蛋白質32.1g43.2g蛋白質30.2g41.3g蛋白質32.3g脂質30.7g32.8g脂質29.3g31.4g脂質35.6g37.7g脂質38.6g40.7g脂質32.2g炭水化物48.2g147.2g炭水化物 58.4g157.4g炭水化物 65.3g164.3g炭水化物 47.0g146.0g炭水化物 45.9g	kcal 1094kcal エネルギー 619kcal 1096kcal エネルギー 725kcal 1202kcal エネルギー 667kcal 1144kcal エネルギー 601kcal 1078kcal											
蛋白質 34.0g 45.1g 蛋白質 30.9g 42.0g 蛋白質 32.1g 43.2g 蛋白質 30.2g 41.3g 蛋白質 32.3g 指質 30.7g 32.8g 脂質 29.3g 31.4g 脂質 35.6g 37.7g 脂質 38.6g 40.7g 脂質 32.2g 炭水化物 48.2g 147.2g 炭水化物 58.4g 157.4g 炭水化物 65.3g 164.3g 炭水化物 47.0g 146.0g 炭水化物 45.9g												
蛋白質 34.0g 45.1g 蛋白質 30.9g 42.0g 蛋白質 32.1g 43.2g 蛋白質 30.2g 41.3g 蛋白質 32.3g 指質 30.7g 32.8g 脂質 29.3g 31.4g 脂質 35.6g 37.7g 脂質 38.6g 40.7g 脂質 32.2g 5 炭水化物 48.2g 147.2g 炭水化物 58.4g 157.4g 炭水化物 65.3g 164.3g 炭水化物 47.0g 146.0g 炭水化物 45.9g			エネルギー 617k	kcal 1094kcal	エネルギー 619kcal	1096kcal	エネルギー 725kcal	1202kcal	エネルギー 667kcal	1144kcal	エネルギー 601kcal	1078kcal
脂質 30.7g 32.8g 脂質 29.3g 31.4g 脂質 35.6g 37.7g 脂質 38.6g 40.7g 脂質 32.2g 法)~ 15.1~ 定方质 20.0~ 12.0~ 定方质 22.1~ 12.0~ 定方质 20.0~ 11.0~ 定方质 20.0~ 10.1~											
炭水化物 48.2g 147.2g 炭水化物 58.4g 157.4g 炭水化物 65.3g 164.3g 炭水化物 47.0g 146.0g 炭水化物 45.9g												
炭水化物 48.2g 147.2g 炭水化物 58.4g 157.4g 炭水化物 65.3g 164.3g 炭水化物 47.0g 146.0g 炭水化物 45.9g	7g 32.8g 脂質 29.3g 31.4g 脂質 35.6g 37.7g 脂質 38.6g 40.7g 脂質 32.2g 34.3g		脂質 30.7	g 32.8g	脂質 29.3g	31.4g	脂質 35.6g	37.7g	脂質 38.6g	40.7g	脂質 32.2g	34.3g
 ET ナトリウム 2148mg 3468mg ナトリウム 2295mg 3615mg ナトリウム 2235mg 3555mg ナトリウム 2340mg 3660mg ナトリウム 2108mg												
	8mg 3468mg ナトリウム 2295mg 3615mg ナトリウム 2235mg 3555mg ナトリウム 2340mg 3660mg ナトリウム 2108mg 3428mg	計	ナトリウム 2148	8mg 3468mg	ナトリウム 2295mg	3615mg	ナトリウム 2235mg	3555mg	ナトリウム 2340mg	3660mg	ナトリウム 2108mg	3428mg
食塩相当量 5.5g 8.8g 食塩相当量 5.8g 9.3g 食塩相当量 5.6g 9.0g 食塩相当量 6.0g 9.3g 食塩相当量 5.3g	3.08 以上には、日本には、日本には、日本には、日本には、日本には、日本には、日本には、日本		及塩阳 3.0g	0.08	長塩和ヨ里 3.08	J.08	艮塩和ヨ里 J.0g	J.08	艮塩伯∃里 U.Ug	J.08	艮塩和ヨ里 ひ.38	o.og

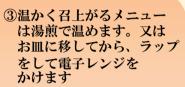
★はフルセットのメニューです。おかずセットには付きません。

天候や仕入れの都合により、予告無しで献立を一部変更する場合があります。

お食事の作り方



- ①惣菜は全てチルドで
- 真空包装されています。 ②ご利用までは冷蔵庫にて 保管します。





④冷たく召上がる メニューはそのまま 開封して盛付けます。





⑤ごはん、味噌汁と共に 器に盛り付けして 完了です。 注)味噌汁はつきません

- ●湯煎は水の状態から惣菜のパックを入れて 火をかけます。沸騰したら火を止めて 5~10分程度保温して下さい。
- ●簡単な付け合わせを付けますと、よりきれいに 盛付ける事が出来ます。



週間献立表 (ムース食)

	コープいしか	b	W FEE											78408(4)			
	7	月15日(月)			7月16日(火			7月17日(水	()	7	7月18日(木	()	7	7月19日(金	<u> </u>		
	品:		アレルゲン	_		アレルゲン	品		アレルゲン			アレルゲン		名	アレルゲン		
	★全粥240g			★全粥240			★全粥240			★全粥240			★全粥240				
	野菜の味噌		乳麦	豚すき	76	乳麦	切干大根と小	_	麦	ブロッコリーと	_	到丰	えんどう豆と	_	加到丰		
		黑怀						が松米の魚物									
	白花豆煮		麦	一夜漬	>	乳麦	ひじき煮			ゴボウのピ		卵乳麦		ンの酢の物			
	★味噌汁(と	:ろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	麦		
朝																	
77.1																	
	兴美压	457.481.1	→ n - ll	兴美压	457.481.1	→ #	兴美压	45 / . 48 I . I	→ n l	兴美压	457.481.1	→ n l	兴美压	Ls 1. LS 1. 1	→ 11 - l		
<u>~</u>	栄養価	おかずセット	フルセット			フルセット			フルセット			フルセット		おかずセット			
艮	エネルギー			エネルギー			エネルギー			エネルギー			エネルギー		261kcal		
	蛋白質	3.4g	7.2g	蛋白質	2.1g	5.9g		0.8g		蛋白質	3.8g	7.6g	蛋白質	2.5g	6.3g		
	脂 質	3.1g	3.8g	脂質	2.6g	3.3g	脂質	3.8g	4.5g	脂 質	7.1g	7.8g	脂 質	3.2g	3.9g		
	炭水化物	21.3g	59.7g	炭水化物	11.2g	49.6g	炭水化物	10.9g	49.3g	炭水化物	10.0g	48.4g	炭水化物	12.4g	50.8g		
	ナトリウム	421mg	944mg	ナトリウム	_	_	ナトリウム	_	_	ナトリウム	_	_	ナトリウム	_	1074mg		
	食塩相当量		2.4g	食塩相当量	_	2.7g	食塩相当量		_	食塩相当量		2.6g	食塩相当量	_	2.7g		
			∠. ⊤ g		_	2.18						2.08			2.18		
	★全粥240g	•	□ ± ++	★全粥240	_	00 50 ±	★全粥240			★全粥240) g	可士	★全粥240	_	可士		
	ナスと鶏肉の		乳麦落	白身フライ		卵乳麦	和風煮込み	ハンバーグ		焼肉炒め		乳麦	スパイシー		乳麦		
	枝豆とかにか		卵麦えか	大根とベー	コンの煮物	卵乳麦	五色煮			切昆布と竹			大根と椎茸	『の煮物	麦		
	白菜と若芽の	の煮物	乳麦	法蓮草のお	らひたし	乳麦	青菜のわさ	び和え	卵乳麦	大根なます	-	麦	マリーネサ	ラダ	卵乳麦		
	★味噌汁(と	:ろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	麦		
昼																	
111																	
	兴美压	457.481.1	→ n - l l	兴美压	457.481.1	→ n l=l	兴美压	45 / . 48 I . I	→ n - L	兴美压	457.481.1	→ n - L l	兴美压	4×1.481.1	→ u - ll		
食	栄養価		フルセット			フルセット			フルセット			フルセット		おかずセット			
艮		176kcal		エネルギー			エネルギー			エネルギー			エネルギー		387kcal		
	蛋白質	4.2g	8.0g	蛋白質	6.9g	10.7g	蛋白質	4.3g		蛋白質	3.3g	7.1g	蛋白質	5.6g	9.8g		
	脂 質	9.8g	10.5g	脂質	11.5g	12.2g	脂質	8.8g	9.5g	脂 質	6.4g	7.1g	脂 質	12.6g	13.4g		
	炭水化物	18.5g	56.9g	炭水化物	19.2g	57.6g	炭水化物	16.5g	55.1g	炭水化物	19.4g	57.8g	炭水化物	19.0g	57.1g		
	ナトリウム	784mg	1307mg	ナトリウム		1427mg	ナトリウム		_	ナトリウム		1359mg	ナトリウム		1317mg		
	食塩相当量		3.3g	食塩相当量		3.6g	食塩相当量			食塩相当量		3.5g	食塩相当量		3.3g		
	★全粥240g		0.08	★全粥240		0.08	★全粥240		0.08	★全粥240		0.08	★全粥240		0.08		
			可丰		_	回丰	白身の照像		可丰		_	回丰		_	麦		
	赤魚の生姜		乳麦	鶏肉のイタリ					乳麦	鶏の西京り		乳麦	鮭のおろし				
	薩摩芋と切り			はんぺんの	土 十とし	卵乳麦	鶏団子の中			きのこきんで		乳麦	金時豆の煮		乳麦		
	法蓮草とハム			黒豆煮		乳麦	大根と竹輪		乳麦	青菜のおび		乳麦	野菜の三枚		麦		
	★味噌汁(と	:ろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	麦	★味噌汁(とろみ)	麦		
夕																	
	栄養価	おかずヤット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット		
食	エネルギー	138kcal		エネルギー		339kcal	エネルギー			エネルギー		-	エネルギー		372kcal		
	蛋白質	8.5g	12.3g	蛋白質	8.3g	11.9g	蛋白質			蛋白質	6.1g	9.9g	蛋白質	9.2g	13.0g		
	脂質	4.5g	5.2g	脂質	7.7g	8.4g	脂質	5.7g		脂質	7.0g	7.7g	脂質	7.1g	7.8g		
	炭水化物	16.8g	55.2g	炭水化物		53.9g					19.6g	58.0g		24.6g	63.0g		
	ナトリウム	961mg	1484mg	ナトリウム	647mg	1160mg	ナトリウム	745mg	1268mg	ナトリウム	819mg		ナトリウム	647mg	1170mg		
	食塩相当量	2.4g	3.8g	食塩相当量	1.6g	3.0g	食塩相当量	1.9g	3.2g	食塩相当量	2.1g	3.4g	食塩相当量	1.6g	3.0g		
	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット	栄養価	おかずセット	フルセット		
合	エネルギー			エネルギー		968kcal	エネルギー			エネルギー			エネルギー		1020kcal		
	蛋白質	16.1g	27.5g	蛋白質	17.3g	28.5g		11.8g		蛋白質	13.2g	24.6g	蛋白質	17.3g	29.1g		
						_									_		
	脂質	17.4g	19.5g	脂質	21.8g	23.9g	脂質		_	脂質	20.5g	22.6g	脂質	22.9g	25.1g		
=1	炭水化物	56.6g		炭水化物		161.1g	炭水化物				49.0g	164.2g		56.0g	170.9g		
計	ナトリウム			ナトリウム		3667mg				ナトリウム			ナトリウム		3561mg		
	食塩相当量			食塩相当量		9.3g	食塩相当量			食塩相当量			食塩相当量		9.0g		
	★はフルセッ	小のメニュー	です。おか					ムース食は	消費者庁副	許可の特別	用途食品(;	えん下困難			ん。		
	工候わける	もの却入に	LU 로또=	ロマサナナ	如 赤 舌 寸	マ担人がも	11++	嚥下合かし									

天候や仕入れの都合により、予告無しで献立を一部変更する場合があります。 嚥下食などの食事療法として利用される場合は事前に医師にご相談ください。

お食事の作り方

①ムースは冷蔵状態です。 ②お受け取り後は<mark>冷蔵庫</mark>で保管ください



③ラベルに書いてある「○温め可」と「×温め不可」を確認

○温め可





- ④温め方法は次の方法です (あ)湯せん
 - (い)電子レンジ
- (あ) 湯せん 鍋に 60℃くらいのお湯を 張り、ムースをカップの まま浮かべます。



次にフタをして15分程 温めます。追加で火はかけません。

(い)電子レンジ お皿に移し、好みにカット してから、深めのお皿 に入れラップをし、電子 レンジにかけて下さい



電子レンジの参考条件 600W 20~25秒 200W 40~50秒←オススメ



④カップを下に向けて スプーンで空気を入れる ように剥がして、お皿や まな板に落とします。





【電子レンジの御注意】 ※電子レンジを掛け過ぎると破裂 や溶解をする事があります ※各電子レンジメーカーによって 条件が変わる場合があります