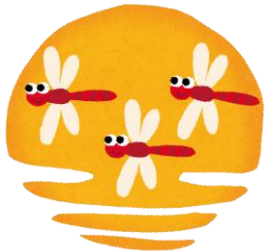


	月	火	水	木	金	土 1	日 2	
曜日 日付								
朝	11月2日(日)昼食 栗ごはん 十三夜	11月4日(火)昼食 ちらし寿司	11月6日(木)夕食 寄せ鍋	11月8日(土)昼食 ふろふき大根のなめ茸かけ		ごはん もやしとちくわの香味ドレサラダ うまい菜とベーコンのトマトスープ	ごはん ミートオムレツ カリフラワーと豆のマヨサラダ 味噌汁(大根・小松菜) 特製ミルクコーヒー	
						エネ 410 kcal 蛋白 10.3 g 脂質 10.3 g 食塩 1.65 g	エネ 448 kcal 蛋白 11.9 g 脂質 10.1 g 食塩 0.76 g	
昼						ごはん 鶏肉のオニオンソース煮 大根と豚肉の金平 キャベツと油揚げの白ごま和え 味噌かきたま汁	栗ごはん ホッケのたれ焼き 卵の花 胡瓜の甘酢和え とろろ汁	
お	十三夜とは、十五夜に続く名目で、「後の月」と呼ばれ、十五夜に次いで美しい月だと言われています。十三夜は、栗や豆が収穫できる時期であることから「栗名月」「豆名月」とも呼ばれます。十三夜は栗御飯です。どうぞご賞味ください。	さば・さけ・かれいの旬は秋から冬にかけてです。旬を迎える魚は産卵期を迎えたり、脂が乗ってきたり、肉厚になったり、旨味が凝縮されます。いつもと違う寿司ネタ「しめさばスライス」を使用しただ散らし寿司をどうぞ味わって下さい。	日本の鍋文化が根付いた江戸時代後期に寄せ鍋が誕生したと言われていました。各地域で手に入る食材を生かしたり、味付けにも決まりがないので地域や家庭で多様な味わいを生み出すことができます。	ふろふき大根の名の由来は、諸説ありますが昔は風呂と言えは蒸し風呂でした。熱くなった体に息を吹きかける様子が、この料理を食べるときに息を吹きかけて冷ます姿と似ていることからこの名が付いたそうです。		エネ 565 kcal 蛋白 23.8 g 脂質 21.9 g 食塩 2.3 g	エネ 458 kcal 蛋白 20.3 g 脂質 7.6 g 食塩 1.52 g	
夕						手作り黒糖まんじゅう(白あん)	手作りキャラメルマドレーヌ	
計							エネ 127 kcal 蛋白 0.8 g 脂質 0.3 g 食塩 0.09 g	エネ 161 kcal 蛋白 1.9 g 脂質 9.9 g 食塩 0.13 g
日付	3	4	5	6		7	8	9
朝	ごはん ポロニアソーセージ 白菜と鶏肉のカレースープ	ごはん かに玉 チンゲン菜と豚肉のスープ	ごはん チキンナゲット(トマトソース) ブロッコリーとちくわの麦味噌和え すまし汁(おくら・おつゆ麩) カルシウムミルク	ごはん だし巻き卵 いんげんのおから和え 特製ココア		ごはん プレーンオムレツ(きのこソース) じゃがいものポタージュスープ	ごはん 照り焼き風肉団子 キャベツとベーコンのスープ	ごはん 擬製豆腐(そぼろあん) クラムチャウダー フルーツ(バナナ)
	エネ 409 kcal 蛋白 12.3 g 脂質 11.4 g 食塩 1.59 g	エネ 382 kcal 蛋白 10.1 g 脂質 7.7 g 食塩 1.32 g	エネ 467 kcal 蛋白 19.7 g 脂質 7.8 g 食塩 1.19 g	エネ 429 kcal 蛋白 12.4 g 脂質 7.6 g 食塩 0.63 g	エネ 425 kcal 蛋白 12.7 g 脂質 7.4 g 食塩 1.85 g	エネ 432 kcal 蛋白 11.2 g 脂質 12.7 g 食塩 1.51 g	エネ 429 kcal 蛋白 11.8 g 脂質 6.8 g 食塩 1.06 g	
昼	ごはん 鶏肉とキャベツの味噌炒め 高野豆腐のサイコロ煮 もやしの和え物 すまし汁(えのき・しいたけ)	ちらし寿司 大根と鶏肉の炒め物 キャベツと平天のごまドレサラダ 味噌汁(玉ねぎ・わかめ)	ごはん ハンバーグ(和風ソース) ベーコンと枝豆の塩バターソー 大根と大根葉のピリ辛和え 味噌汁(油揚げ・人参)	ごはん さけのクリームソースかけ 里芋と油揚げの煮物 キャベツとパプリカのバジルドレサラダ 味噌汁(もやし・平天) いりこ風味	鶏肉のキーマカレー 大根の香味ドレサラダ 黄桃缶のピーチジュレ	豚丼 ふろふき大根のなめ茸かけ 白菜とかまぼこの麺ナムル和え 赤だし(ごぼう・わかめ)	ごはん さばの塩焼き 絹揚げの煮物 もやしとちくわの大葉ドレサラダ 味噌かきたま汁	
	エネ 477 kcal 蛋白 23.5 g 脂質 13.8 g 食塩 2.22 g	エネ 505 kcal 蛋白 17.4 g 脂質 14.5 g 食塩 3.74 g	エネ 576 kcal 蛋白 18.3 g 脂質 23.5 g 食塩 2.5 g	エネ 501 kcal 蛋白 25.7 g 脂質 12.6 g 食塩 2.04 g	エネ 493 kcal 蛋白 14 g 脂質 14.1 g 食塩 1.95 g	エネ 522 kcal 蛋白 19.7 g 脂質 16.9 g 食塩 3.02 g	エネ 612 kcal 蛋白 27.3 g 脂質 27.8 g 食塩 3.14 g	
お	シルベース	いしやきいもと桃山	手作りはちみつレモンゼリー	もっちりたい焼きクリーム	手作り紅茶パウンドケーキ	手作りあんシュー(こしあん)	クリームブッセ	
	エネ 97 kcal 蛋白 1.3 g 脂質 6.2 g 食塩 0.03 g	エネ 86 kcal 蛋白 1.2 g 脂質 0.2 g 食塩 0.05 g	エネ 42 kcal 蛋白 0 g 脂質 0 g 食塩 0.02 g	エネ 147 kcal 蛋白 4.8 g 脂質 0.4 g 食塩 0.07 g	エネ 161 kcal 蛋白 2.1 g 脂質 11.2 g 食塩 0.35 g	エネ 100 kcal 蛋白 1.3 g 脂質 3.6 g 食塩 0.09 g	エネ 80 kcal 蛋白 1.4 g 脂質 4.6 g 食塩 0.04 g	
夕	ごはん ホキの揚げ浸し ひじきと豚肉の炒め煮 ポテトサラダ 味噌汁(豆腐・花麩)いりこ風味	ごはん 合鴨スモークスライス 絹揚げの煮物 ほうれん草となめこの塩ポン和え 味噌汁(里芋・大根葉) 麦白味噌仕立て	ごはん 白身魚の味噌煮 キャベツと鶏肉の炒め物 マカロニサラダ	ごはん 寄せ鍋 ごぼうの味噌金平 さくら漬け	ごはん さわらの柚庵焼き 大豆と小えびの煮物 ブロッコリーとコーンのマヨサラダ 豚汁(豚肉・玉ねぎ・人参)	ごはん 白身魚の唐揚げ(チリ風味あん) うまい菜と鶏肉の炒め物 やっこ(醤油) 味噌汁(里芋・しいたけ)	ごはん 蒸し鶏(レモンバターソース) 小松菜とツナの炒め物 カリフラワーのパンパントレサラダ 味噌汁(油揚げ・大根葉)白味噌仕立て	
	エネ 577 kcal 蛋白 24.5 g 脂質 21.3 g 食塩 2.47 g	エネ 574 kcal 蛋白 21.1 g 脂質 22.6 g 食塩 3.18 g	エネ 489 kcal 蛋白 23.1 g 脂質 16.5 g 食塩 1.6 g	エネ 522 kcal 蛋白 23.4 g 脂質 16.2 g 食塩 2.86 g	エネ 565 kcal 蛋白 27.1 g 脂質 20.6 g 食塩 2.27 g	エネ 507 kcal 蛋白 27.2 g 脂質 14.9 g 食塩 2.35 g	エネ 456 kcal 蛋白 24.8 g 脂質 10.3 g 食塩 1.76 g	
計	エネ 1560 kcal 蛋白 61.6 g 脂質 52.7 g 食塩 6.31 g	エネ 1547 kcal 蛋白 49.8 g 脂質 45 g 食塩 8.29 g	エネ 1574 kcal 蛋白 61.1 g 脂質 47.8 g 食塩 5.31 g	エネ 1599 kcal 蛋白 66.3 g 脂質 36.8 g 食塩 5.6 g	エネ 1644 kcal 蛋白 55.9 g 脂質 53.3 g 食塩 6.42 g	エネ 1561 kcal 蛋白 59.4 g 脂質 48.1 g 食塩 6.97 g	エネ 1577 kcal 蛋白 65.3 g 脂質 49.5 g 食塩 6 g	

献立 2025年11月

曜日	月	火	水	木	金	土	日
日付	10	11	12	13	14	15	16
朝	ごはん 磯巻き卵 大根と豚肉の豆乳スープ	ごはん 大豆ミートハンバーグ(デミグラスソース) しろなとウインナーのスープ	ごはん ハムチーズピカタ キャベツとコーンの和風ドレサダ 味噌汁(かぼちゃ) 特製りんごジュース	ごはん 野菜とわかめの豆乳寄せ 白菜と大根葉のピーナッツ和え すまし汁(玉ねぎ・えのき) カルシウムミルク	ごはん 千草焼き キャベツと豚肉のスープ	ごはん もやしの香味ドレサラダ ごぼうと鶏肉のカレースープ 手作りりんごゼリー	ごはん ほうれん草オムレツ 白菜とベーコンのスープ
	エネ 397 kcal 蛋白 14 g 脂質 9.1 g 食塩 0.98 g	エネ 430 kcal 蛋白 11.5 g 脂質 11.2 g 食塩 1.62 g	エネ 431 kcal 蛋白 8 g 脂質 7.5 g 食塩 0.74 g	エネ 432 kcal 蛋白 14.4 g 脂質 8.1 g 食塩 0.9 g	エネ 384 kcal 蛋白 12.2 g 脂質 7.5 g 食塩 1.13 g	エネ 429 kcal 蛋白 10.2 g 脂質 7.1 g 食塩 1.27 g	エネ 384 kcal 蛋白 9.9 g 脂質 8.9 g 食塩 1.42 g
昼	海鮮ちゃんぽん ごぼうと豚肉の炒り煮 フルーツ(黄桃缶・白桃缶)	ごはん 豚かつのおろしあんかけ ひじきとかんぴょうの煮物 白菜のレモン風味 味噌汁(人参・しめじ)	ごはん シロガネダラの煮付け もやしと鶏肉の炒め物 味噌汁(じゃがいも・白菜) いりこ風味 高菜炒め	親子丼 キャベツとツナの炒め物 さつまいものサラダ 味噌汁(大根・あさり) 白味噌仕立て	ごはん 焼きあじの南蛮漬け 昆布大豆煮 大根とパプリカのごまドレサラダ 味噌汁(里芋・白ねぎ)	ごはん 鶏肉のマスタード焼き 金時豆煮 うまい菜と平天の和え物 味噌汁(絹揚げ・大根葉) 白味噌仕立て	ごはん 豚肉の塩ダレ炒め 一口がんもの煮物 しろなとちりめんの麦味噌和え 味噌汁(しいたけ・人参)
	エネ 457 kcal 蛋白 20.9 g 脂質 11.8 g 食塩 4.59 g	エネ 562 kcal 蛋白 16.9 g 脂質 15.7 g 食塩 2.56 g	エネ 398 kcal 蛋白 23.5 g 脂質 7 g 食塩 1.78 g	エネ 582 kcal 蛋白 25.8 g 脂質 14.8 g 食塩 2.79 g	エネ 504 kcal 蛋白 24.3 g 脂質 11.8 g 食塩 2.5 g	エネ 552 kcal 蛋白 23.1 g 脂質 13 g 食塩 1.99 g	エネ 543 kcal 蛋白 23.7 g 脂質 22.9 g 食塩 2.08 g
お	手作り栗あんまんじゅう(粒入り)	手作り黒糖ソフトマフィン	手作りみるくまんじゅう(抹茶)	手作り柿ミックスゼリー	ミニ羊甘ロール	チョコワッフル	手作り酒まんじゅう
	エネ 120 kcal 蛋白 2.4 g 脂質 2.1 g 食塩 0.05 g	エネ 85 kcal 蛋白 1.6 g 脂質 3.8 g 食塩 0.09 g	エネ 133 kcal 蛋白 3.2 g 脂質 2.1 g 食塩 0.05 g	エネ 56 kcal 蛋白 0.2 g 脂質 0.1 g 食塩 0.01 g	エネ 152 kcal 蛋白 3.5 g 脂質 0.3 g 食塩 0.04 g	エネ 68 kcal 蛋白 1.7 g 脂質 2.8 g 食塩 0.07 g	エネ 122 kcal 蛋白 1.1 g 脂質 0.3 g 食塩 0.06 g
夕	ごはん 銀ひらすのグリル(野菜ソース) 高野豆腐と鶏肉のサイコロ煮 いんげんとコーンのスローサラダ 味噌汁(白菜・わかめ) いりこ風味	ごはん いわしの山椒煮 卵の花 ブロッコリーのたらこマヨサラダ 味噌汁(花麴)	ごはん 豚肉の生姜炒め 切干大根の煮物 ミルク寒天のあんずソースかけ	ごはん 赤魚の西京焼き れんこんと豚肉の炒り煮 チンゲン菜と油揚げのわさび和え	ごはん 肉じゃが(豚肉) やっこ(大葉味噌ダレ) ブロッコリーとちくわのピリ辛和え すまし汁(白菜・小松菜)	ごはん 擬製豆腐 大根と豚肉の炒め物 マカロニサラダ 味噌汁(あさり・わかめ)	ごはん かれのいのグリル(オニオンソース) 高野豆腐のそぼろ煮 カリフラワーといんげんのバジルドレサダ 味噌汁(大根・もやし) いりこ風味
	エネ 587 kcal 蛋白 29.6 g 脂質 20.4 g 食塩 2.88 g	エネ 437 kcal 蛋白 17.8 g 脂質 11.2 g 食塩 2.55 g	エネ 560 kcal 蛋白 18.3 g 脂質 16.6 g 食塩 2.15 g	エネ 476 kcal 蛋白 26.1 g 脂質 11.3 g 食塩 1.92 g	エネ 561 kcal 蛋白 22.6 g 脂質 15.3 g 食塩 2.75 g	エネ 513 kcal 蛋白 19.7 g 脂質 15.4 g 食塩 2.93 g	エネ 530 kcal 蛋白 29.1 g 脂質 16.8 g 食塩 2.29 g
計	エネ 1561 kcal 蛋白 66.9 g 脂質 43.4 g 食塩 8.5 g	エネ 1514 kcal 蛋白 47.8 g 脂質 41.9 g 食塩 6.82 g	エネ 1522 kcal 蛋白 53 g 脂質 33.2 g 食塩 4.72 g	エネ 1546 kcal 蛋白 66.5 g 脂質 34.3 g 食塩 5.62 g	エネ 1601 kcal 蛋白 62.6 g 脂質 34.9 g 食塩 6.42 g	エネ 1562 kcal 蛋白 54.7 g 脂質 38.3 g 食塩 6.26 g	エネ 1579 kcal 蛋白 63.8 g 脂質 48.9 g 食塩 5.85 g
日付	17	18	19	20			
朝	ごはん 鶏の炭焼き風味 かぼちゃのポタージュスープ	ごはん ポテトミンチ巻き いんげんと平天の白ごま和え すまし汁(白菜・人参) カルシウムミルク	ごはん カニカマ入りだし巻き卵 ほうれん草と豚肉のトマトスープ	ごはん もやしとちくわのハンパントレサダ 白菜とウインナーのポトフ	11月10日(月)昼食 海鮮ちゃんぽん		
	エネ 422 kcal 蛋白 12.7 g 脂質 9.2 g 食塩 1.02 g	エネ 476 kcal 蛋白 16.4 g 脂質 9.3 g 食塩 1.11 g	エネ 415 kcal 蛋白 15.2 g 脂質 9.6 g 食塩 1.17 g	エネ 374 kcal 蛋白 10.1 g 脂質 7.4 g 食塩 1.27 g			
昼	ごはん 白身魚の生姜煮 れんこんと油揚げの炒め生酢 玉子豆腐 味噌汁(さつまいも・白ねぎ) 麦白味噌仕立て	わかめうどん もやしとピーマンの炒め物 大根とコーンの大葉ドレサラダ	ごはん 蒸し鶏(ごまソース) 豚肉と絹揚げの煮物 うまい菜の洋風お浸し 味噌汁(じゃがいも・白ねぎ)	ごはん 千草蒸し 里芋と豚肉の煮物 味噌汁(大根・ごぼう) いりこ風味 はちみつねり梅			
	エネ 458 kcal 蛋白 21.9 g 脂質 11 g 食塩 2.17 g	エネ 469 kcal 蛋白 13.5 g 脂質 7.1 g 食塩 4.32 g	エネ 553 kcal 蛋白 30.7 g 脂質 16.5 g 食塩 2.32 g	エネ 514 kcal 蛋白 19.6 g 脂質 14.6 g 食塩 3.17 g			
お	手作りいちごマドレーヌ	もみじまんじゅう	手作りあんシュー(よもぎあん)	手作りパウンドケーキ	ちゃんぽんは、明治時代に中国人が長崎で開業した中華料理店で、中国人留学生向きに安くて栄養価の高い食事として考案された料理が発祥であると言われています。今回のちゃんぽんはいか、えび、貝などを使用した海鮮ちゃんぽんです。		
	エネ 165 kcal 蛋白 2 g 脂質 10.4 g 食塩 0.15 g	エネ 121 kcal 蛋白 2.2 g 脂質 2.9 g 食塩 0.08 g	エネ 99 kcal 蛋白 2.4 g 脂質 3.6 g 食塩 0.09 g	エネ 163 kcal 蛋白 2.1 g 脂質 11.3 g 食塩 0.35 g			
夕	ごはん 肉団子のクリームシチュー 小松菜とツナの炒め物 白桃缶のピーチジュレ	ごはん 豚肉の味噌マヨ炒め いかふくさ焼き チンゲン菜としいたけの和え物	ごはん さばの照り焼き かぼちゃの含め煮 味噌汁(玉ねぎ・油揚げ) 白菜の浅漬け	ごはん ハンバーグ(きのこソース) 大豆とベーコンのコンソメ煮 いんげんとコーンのピリ辛和え 味噌汁(わかめ・人参)			
	エネ 626 kcal 蛋白 16.5 g 脂質 26.1 g 食塩 2.03 g	エネ 516 kcal 蛋白 19.8 g 脂質 19.5 g 食塩 2.24 g	エネ 528 kcal 蛋白 19.3 g 脂質 20.2 g 食塩 1.83 g	エネ 534 kcal 蛋白 18 g 脂質 19.4 g 食塩 2.74 g			
計	エネ 1671 kcal 蛋白 53.1 g 脂質 56.7 g 食塩 5.37 g	エネ 1582 kcal 蛋白 51.9 g 脂質 38.8 g 食塩 7.75 g	エネ 1595 kcal 蛋白 67.6 g 脂質 49.9 g 食塩 5.41 g	エネ 1585 kcal 蛋白 49.8 g 脂質 52.7 g 食塩 7.53 g			

献立 2025年11月

曜日	月	火	水	木	金	土	日
日付					21	22	23
朝			11月21日(金)昼食 太平燕(タイピーエン) [熊本県郷土料理] 	11月28日(金)昼食 あんかけにゅうめん 	ごはん スクランブルエッグ(ケチャップ) キャベツと鶏肉の豆乳スープ	ごはん ジャンマンかぼちゃ(ウインナー) 豆と豚肉のスープ	ごはん チキンナゲット(野菜ソース) ブロッコリーとコーンの味噌和え 味噌汁(大根・大根葉) 特製ももジュース
昼					エネ 409 kcal 蛋白 13 g 脂質 9.2 g 食塩 1.32 g	エネ 422 kcal 蛋白 11.6 g 脂質 9.4 g 食塩 1.33 g	エネ 447 kcal 蛋白 12.3 g 脂質 5.9 g 食塩 0.74 g
お					ごはん ホキの唐揚げ(中華あん) えびシューマイ ブロッコリーのおからサラダ 太平燕(タイピーエン)[熊本県郷土料理]	ごはん ポークカレー キャベツとツナのマリネ マンゴー缶	ごはん 赤魚の焼き浸し もやしと鶏肉の炒め物 とろろの梅かつお和え 味噌かきたま汁
夕					エネ 587 kcal 蛋白 24.3 g 脂質 19.2 g 食塩 2.25 g	エネ 542 kcal 蛋白 17 g 脂質 16.2 g 食塩 2.14 g	エネ 466 kcal 蛋白 27.7 g 脂質 10 g 食塩 2.27 g
計					手作りババロア(紅茶風味)	手作り黒糖まんじゅう(こしあん)	手作りスイートポテト
日付	24	25	26	27	28	29	30
朝	ごはん でんぶ入りだし巻き卵 小松菜とベーコンのカレースープ	ごはん 5品目具材の玉子焼き じゃがいもと鶏肉のスープ	ごはん 鶏つみれの煮物 チンゲン菜と人参の麺ナムル和え すまし汁(白菜・しろな) 特製ぶどうジュース	ごはん 洋風だし巻き卵 いんげんとウインナーのスープ	ごはん チキンピカタ 人参とパプリカのポタージュスープ	ごはん ブロッコリーとちくわのピーナツ和え キャベツと豚肉のスープ	ごはん 白身魚のつみれ(柚子) チンゲン菜と油揚げの白ごま和え 味噌汁(白菜・絹揚げ) カルシウムミルク
昼	エネ 420 kcal 蛋白 12.5 g 脂質 11.3 g 食塩 1.55 g	エネ 385 kcal 蛋白 11.4 g 脂質 5.9 g 食塩 1.36 g	エネ 431 kcal 蛋白 11.4 g 脂質 5.3 g 食塩 0.73 g	エネ 386 kcal 蛋白 12.3 g 脂質 7.9 g 食塩 1.53 g	エネ 414 kcal 蛋白 11.4 g 脂質 7.1 g 食塩 1.38 g	エネ 383 kcal 蛋白 13.1 g 脂質 6.3 g 食塩 1.34 g	エネ 468 kcal 蛋白 17.1 g 脂質 11.1 g 食塩 1.25 g
お	エネ 459 kcal 蛋白 20.9 g 脂質 21.8 g 食塩 3.77 g	エネ 520 kcal 蛋白 27.5 g 脂質 18.3 g 食塩 2.42 g	エネ 531 kcal 蛋白 25 g 脂質 16.8 g 食塩 3.62 g	エネ 621 kcal 蛋白 15.8 g 脂質 22.5 g 食塩 2.29 g	エネ 451 kcal 蛋白 14.6 g 脂質 15.4 g 食塩 3.55 g	エネ 533 kcal 蛋白 24.1 g 脂質 17.8 g 食塩 2.19 g	エネ 560 kcal 蛋白 19.1 g 脂質 18.6 g 食塩 1.97 g
夕	手作りあんシュー(栗あん)	豆乳かすてら	もっちりたい焼きあん	手作りみるくまんじゅう(白あん)	バウムクーヘン	フルーツ(バナナ1/2本)	手作りきなごシフォンケーキ
計	エネ 90 kcal 蛋白 1.9 g 脂質 3.5 g 食塩 0.09 g	エネ 115 kcal 蛋白 2.4 g 脂質 4.9 g 食塩 0.18 g	エネ 129 kcal 蛋白 2.6 g 脂質 3 g 食塩 0.12 g	エネ 134 kcal 蛋白 3.2 g 脂質 2.2 g 食塩 0.05 g	エネ 87 kcal 蛋白 1.2 g 脂質 3.7 g 食塩 0.12 g	エネ 28 kcal 蛋白 0.3 g 脂質 0.1 g 食塩 0 g	エネ 74 kcal 蛋白 1.8 g 脂質 4.6 g 食塩 0.08 g
計	エネ 1540 kcal 蛋白 63.6 g 脂質 58.1 g 食塩 7.68 g	エネ 1533 kcal 蛋白 62.2 g 脂質 46.3 g 食塩 6.6 g	エネ 1616 kcal 蛋白 58.3 g 脂質 41.5 g 食塩 6.06 g	エネ 1595 kcal 蛋白 57.6 g 脂質 41 g 食塩 6.23 g	エネ 1543 kcal 蛋白 50.3 g 脂質 54 g 食塩 6.7 g	エネ 1513 kcal 蛋白 56 g 脂質 45.3 g 食塩 5.5 g	エネ 1575 kcal 蛋白 59.8 g 脂質 45.3 g 食塩 5.37 g