

<献立表>

2024/12/19

現場 : (株) 優樹

献立種類 : 常食(通常)

年月日 : 2024年12月30日 (月) ~ 2025年1月5日 (日)

	月 30	火 31	水 1	木 2	金 3	土 4	日 5
昼食			赤飯 天ぷら 蓮根の梅和え 伊達巻 菜の花湯葉あえ 黒豆 黄桃缶	米飯180 g 豚の角煮 白菜の洋風和え ほうれん草の白味噌和え 切昆布とササミの炒り煮 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 鶏肉のトマト煮込み 切干の塩昆布和え さつま芋サラダ 小松菜とキノコのソテー 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 鱈の柚子皮煮 付け合せ 青梗菜の生姜和え 切昆布のかか酢 牛蒡のカレー炒め 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 鶏肉の塩麹炒め インゲンのツナ和え スパサラダ ヒジキの大豆煮 漬物 (きゅうり) 黄桃缶
			エネルギー 644 kcal 蛋白質 28.8 g 脂質 13.6 g 食塩 2.0 g 炭水化物 107.0 g	エネルギー 557 kcal 蛋白質 18.2 g 脂質 15.9 g 食塩 2.7 g 炭水化物 84.8 g	エネルギー 567 kcal 蛋白質 16.7 g 脂質 13.1 g 食塩 2.8 g 炭水化物 96.3 g	エネルギー 450 kcal 蛋白質 18.9 g 脂質 2.6 g 食塩 2.6 g 炭水化物 87.6 g	エネルギー 532 kcal 蛋白質 18.3 g 脂質 12.8 g 食塩 2.4 g 炭水化物 87.6 g
			米飯180 g ローストポーク 紅白なます さつま芋の甘露煮 胡瓜のすり胡麻うざく酢 栗きんとん 黄桃缶	米飯180 g すずきの蒲焼 付け合せ 青梗菜のソテー和え もやしの五目ナムル 牛蒡の味噌炒め 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 鮭のマヨネーズ粉焼き 付け合せ アスパラの中華和え マカロニのオーロラ和え 白菜の洋風煮 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 牛肉のしぐれ煮 菜の花の辛子和え エビシューマイ もやしのニラ炒め 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 鱈の甘辛梅焼き 付け合せ 杓苧草のお浸し 大根の磯茸炒め 厚揚げきのこあんかけ 漬物 (きゅうり) 黄桃缶
夕食			エネルギー 628 kcal 蛋白質 22.3 g 脂質 11.5 g 食塩 2.5 g 炭水化物 111.4 g	エネルギー 519 kcal 蛋白質 21.9 g 脂質 7.3 g 食塩 2.4 g 炭水化物 90.5 g	エネルギー 569 kcal 蛋白質 23.7 g 脂質 15.0 g 食塩 2.4 g 炭水化物 86.2 g	エネルギー 569 kcal 蛋白質 22.6 g 脂質 13.0 g 食塩 2.5 g 炭水化物 89.8 g	エネルギー 561 kcal 蛋白質 23.7 g 脂質 13.7 g 食塩 2.9 g 炭水化物 85.7 g
			エネルギー 1272 kcal 蛋白質 51.1 g 脂質 25.1 g 食塩 4.5 g 炭水化物 218.4 g	エネルギー 1076 kcal 蛋白質 40.1 g 脂質 23.2 g 食塩 5.1 g 炭水化物 175.3 g	エネルギー 1136 kcal 蛋白質 40.4 g 脂質 28.1 g 食塩 5.2 g 炭水化物 182.5 g	エネルギー 1019 kcal 蛋白質 41.5 g 脂質 15.6 g 食塩 5.1 g 炭水化物 177.4 g	エネルギー 1093 kcal 蛋白質 42.0 g 脂質 26.5 g 食塩 5.3 g 炭水化物 173.3 g

<献立表>

2024/12/19

現場 : (株) 優樹
 献立種類 : 常食(通常)
 年月日 : 2025年1月6日(月) ~ 2025年1月12日(日)

	月 6	火 7	水 8	木 9	金 10	土 11	日 12	
昼食	米飯180 g ぶり大根 ブロッコリーのピーナッツ和え オクラのめんつゆ和え 春雨の青椒肉絲風 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 豚肉の生姜焼き アスパラの鮭和え マカロニの和風サラダ 白菜のトマトソース煮込み 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g メダイのバター醤油煮 付け合せ 菜の花のわさび和え もやしとわかめのナムル 竹輪の卵とじ 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g ダッカルビ 大根と大葉の和風サラダ ゆず草のコンソメ和え 高野の麻婆風 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 鰯の葱塩焼き 付け合せ 胡瓜の酢の物 蓮根の胡麻よごし 茄子のそぼろあんかけ 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 肉団子酢豚 小松菜のチーズ和え 切干の梅和え さつま芋のバターレン煮 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g サゴシの塩麴焼き 付け合せ 牛蒡デリ風サラダ 青梗菜の桜海老和え 切り昆布煮 漬物(きゅうり) 黄桃缶	
	エネルギー 566 kcal 蛋白質 22.8 g 脂質 15.1 g 食塩 2.8 g 炭水化物 87.3 g	エネルギー 546 kcal 蛋白質 19.4 g 脂質 12.8 g 食塩 2.6 g 炭水化物 89.6 g	エネルギー 557 kcal 蛋白質 24.6 g 脂質 13.0 g 食塩 2.6 g 炭水化物 83.2 g	エネルギー 520 kcal 蛋白質 21.1 g 脂質 9.0 g 食塩 2.7 g 炭水化物 88.8 g	エネルギー 512 kcal 蛋白質 20.3 g 脂質 10.5 g 食塩 2.4 g 炭水化物 85.0 g	エネルギー 626 kcal 蛋白質 14.9 g 脂質 12.8 g 食塩 2.4 g 炭水化物 112.3 g	エネルギー 563 kcal 蛋白質 23.1 g 脂質 14.5 g 食塩 2.1 g 炭水化物 86.6 g	
	夕食	米飯180 g ポトフ 胡瓜のフレンチ和え 茄子の葱ポン酢 人参シリシリ 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 鯖のマスタード焼き 付け合せ 小松菜のゴマ和え 南瓜サラダ 切干沢煮 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 肉豆腐 牛蒡の甘酢和え 切昆布マリネ 青梗菜のクリーム煮 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 赤魚の旨煮 付け合せ インゲンの柚子皮和え ヒジキと豆のサラダ スパゲティボリタン風 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 麻婆豆腐 ブロッコリーの菜種和え オクラのゆかり和え ビーフンの五目炒め 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g カレイの生姜煮 付け合せ アスパラのジャコ和え 白菜の浅漬け マカロニのキーマカレー風煮 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 煮込みハンバーグ 付け合せ もやしの中華サラダ 卵豆腐 菜の花の味噌バターソース 漬物(きゅうり) 黄桃缶
		エネルギー 505 kcal 蛋白質 11.3 g 脂質 12.5 g 食塩 2.2 g 炭水化物 89.2 g	エネルギー 661 kcal 蛋白質 20.1 g 脂質 27.8 g 食塩 2.4 g 炭水化物 86.9 g	エネルギー 521 kcal 蛋白質 19.9 g 脂質 10.3 g 食塩 2.5 g 炭水化物 89.8 g	エネルギー 501 kcal 蛋白質 19.2 g 脂質 5.8 g 食塩 2.7 g 炭水化物 92.2 g	エネルギー 589 kcal 蛋白質 19.3 g 脂質 13.7 g 食塩 2.3 g 炭水化物 95.6 g	エネルギー 488 kcal 蛋白質 21.7 g 脂質 4.8 g 食塩 2.8 g 炭水化物 88.2 g	エネルギー 526 kcal 蛋白質 20.2 g 脂質 13.0 g 食塩 2.7 g 炭水化物 84.0 g
エネルギー 1071 kcal 蛋白質 34.1 g 脂質 27.6 g 食塩 5 g 炭水化物 176.5 g		エネルギー 1207 kcal 蛋白質 39.5 g 脂質 40.6 g 食塩 5 g 炭水化物 176.5 g	エネルギー 1078 kcal 蛋白質 44.5 g 脂質 23.3 g 食塩 5.1 g 炭水化物 173.0 g	エネルギー 1021 kcal 蛋白質 40.3 g 脂質 14.8 g 食塩 5.4 g 炭水化物 181.0 g	エネルギー 1101 kcal 蛋白質 39.6 g 脂質 24.2 g 食塩 4.7 g 炭水化物 180.6 g	エネルギー 1114 kcal 蛋白質 36.6 g 脂質 17.6 g 食塩 5.2 g 炭水化物 200.5 g	エネルギー 1089 kcal 蛋白質 43.3 g 脂質 27.5 g 食塩 4.8 g 炭水化物 170.6 g	

<献立表>

2024/12/19

現場 : (株) 優樹

献立種類 : 常食(通常)

年月日 : 2025年1月13日 (月) ~ 2025年1月19日 (日)

	月 13	火 14	水 15	木 16	金 17	土 18	日 19
昼食	米飯180 g 鶏肉の卵とじ インゲンのサミ和え たらスパサラダ ヒジキと厚揚げの煮物 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g サーモンソテー 付け合せ ブロッコリーのはんぺん和え オクラの茸和え 春雨スープ 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g チリコンカン アスパラのハーブ炒め和え 白菜ピクルス マカロニのポタージュ煮込み 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 鰯の香味焼き 付け合せ もやしと水菜のさっぱり和え 菜の花の山葵醤油和え 蒟蒻の甘辛煮 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 鶏肉の塩だれレモン焼き ひじきの厚揚げ白和え 納豆草浅漬け 生姜風味 大根のべつ甲煮 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 鯖の南蛮漬け タタキ胡瓜風 茄子の揚げ浸し 茎和布の大豆煮 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 豚肉と蓮根の甘辛味噌炒め 小松菜の白滝和え 切干エニツク和え 南瓜煮 漬物 (きゅうり) 黄桃缶
	エネルギー 569 kcal 蛋白質 21.8 g 脂質 14.3 g 食塩 2.9 g 炭水化物 89.4 g	エネルギー 582 kcal 蛋白質 18.1 g 脂質 12.4 g 食塩 2.8 g 炭水化物 100.4 g	エネルギー 549 kcal 蛋白質 20.4 g 脂質 13.7 g 食塩 2.7 g 炭水化物 90.3 g	エネルギー 516 kcal 蛋白質 21.1 g 脂質 10.0 g 食塩 2.2 g 炭水化物 85.8 g	エネルギー 478 kcal 蛋白質 18.0 g 脂質 7.9 g 食塩 2.6 g 炭水化物 84.5 g	エネルギー 629 kcal 蛋白質 21.1 g 脂質 26.1 g 食塩 2.4 g 炭水化物 81.3 g	エネルギー 521 kcal 蛋白質 17.8 g 脂質 9.9 g 食塩 2.6 g 炭水化物 92.2 g
	夕食	米飯180 g 太刀魚の磯塩焼き 付け合せ キャベツのマスタート和え 納豆草のすり胡麻和え 大根の土佐煮 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	芋炊き込みご飯 あぶ玉煮 胡瓜のうざく和え 山芋とろろ 茄子の鍋しぎ 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 鱈のチャンチャン焼き 小松菜の香味和え ポテトサラダ 切干と大根葉の炒り煮 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g ロールキャベツ トマト煮 付け合せ 青梗菜の胡麻マヨ和え 切昆布のポン酢和え 牛蒡のオスター炒め 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 鱈の照り煮 付け合せ インゲンと人参のうば スパたまサラダ 竹の子土佐煮 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 蟹クリームコロッケ 付け合せ オクラの大葉和え 春雨中華酢 ブロッコリー-コンソメ 漬物 (きゅうり) 黄桃缶
エネルギー 566 kcal 蛋白質 19.3 g 脂質 17.8 g 食塩 2.1 g 炭水化物 82.8 g		エネルギー 623 kcal 蛋白質 20.1 g 脂質 18.2 g 食塩 2.2 g 炭水化物 95.0 g	エネルギー 559 kcal 蛋白質 20.7 g 脂質 13.8 g 食塩 2.6 g 炭水化物 89.5 g	エネルギー 591 kcal 蛋白質 17.9 g 脂質 16.5 g 食塩 2.8 g 炭水化物 96.8 g	エネルギー 595 kcal 蛋白質 23.1 g 脂質 18.5 g 食塩 2.2 g 炭水化物 89.2 g	エネルギー 588 kcal 蛋白質 11.4 g 脂質 17.0 g 食塩 2.2 g 炭水化物 97.2 g	エネルギー 584 kcal 蛋白質 23.3 g 脂質 17.2 g 食塩 2.7 g 炭水化物 84.1 g
エネルギー 1135 kcal 蛋白質 41.1 g 脂質 32.1 g 食塩 5 g 炭水化物 172.2 g		エネルギー 1205 kcal 蛋白質 38.2 g 脂質 30.6 g 食塩 5 g 炭水化物 195.4 g	エネルギー 1108 kcal 蛋白質 41.1 g 脂質 27.5 g 食塩 5.3 g 炭水化物 179.8 g	エネルギー 1107 kcal 蛋白質 39.0 g 脂質 26.5 g 食塩 5 g 炭水化物 182.6 g	エネルギー 1073 kcal 蛋白質 41.1 g 脂質 26.4 g 食塩 4.8 g 炭水化物 173.7 g	エネルギー 1217 kcal 蛋白質 32.5 g 脂質 43.1 g 食塩 4.6 g 炭水化物 178.5 g	エネルギー 1105 kcal 蛋白質 41.1 g 脂質 27.1 g 食塩 5.3 g 炭水化物 176.3 g

<献立表>

2024/12/19

現場 : (株) 優樹

献立種類 : 常食(通常)

年月日 : 2025年1月20日 (月) ~ 2025年1月26日 (日)

	月 20	火 21	水 22	木 23	金 24	土 25	日 26
昼食	米飯180 g 赤魚のめんつゆ煮 付け合せ 牛蒡酢 青梗菜のシーフード和え 切昆布と筍の煮物 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g チキンデミソス 付け合せ インゲンの麴和え キャベツのヒジキ和え カルナー風スパ 漬物(きゅうり) 黄桃缶	筍炊き込みご飯 カレイのバター醤油煮 付け合せ オクラの辛子和え 春雨和風サラダ ブロッコリー蟹玉炒め 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 肉団子酢豚 マカロニチーズサラダ 白菜の磯和え アスパラのキノコソテー 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 太刀魚の塩焼き 付け合せ もやしのチャツジャ風 菜の花の洋風和え 竹輪のカレー炒め 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 鶏肉の柚子ホーン炒め 蟹焼売 木の草の大葉和え 大根と蒟蒻の田舎煮 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 鱈の彩り野菜あんかけ 胡瓜の大豆和え 茄子のカルパッチョ 筍と山菜の炒め煮 漬物(きゅうり) 黄桃缶
	エネルギー 464 kcal 蛋白質 19.0 g 脂質 5.2 g 食塩 2.5 g 炭水化物 86.0 g	エネルギー 581 kcal 蛋白質 25.3 g 脂質 12.2 g 食塩 2.5 g 炭水化物 92.9 g	エネルギー 528 kcal 蛋白質 23.8 g 脂質 10.6 g 食塩 2.8 g 炭水化物 83.8 g	エネルギー 553 kcal 蛋白質 14.1 g 脂質 13.8 g 食塩 2.4 g 炭水化物 92.8 g	エネルギー 561 kcal 蛋白質 20.2 g 脂質 16.1 g 食塩 2.3 g 炭水化物 85.2 g	エネルギー 502 kcal 蛋白質 19.0 g 脂質 10.4 g 食塩 2.7 g 炭水化物 84.0 g	エネルギー 465 kcal 蛋白質 18.9 g 脂質 7.2 g 食塩 2.4 g 炭水化物 81.7 g
	米飯180 g 肉じゃが もやしの柚子皮和え 大根葉入り卵の花 菜の花のハニーマスタード炒め 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 鱈の胡麻だれ焼き 付け合せ 大根の海藻サラダ 木の草のあさり和え 厚揚げの中華煮込み 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 中華豆腐野菜あんかけ 胡瓜と油揚げのナムル もずく酢 茄子のペペロンチーノ風 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g サゴシのカレーニール 付け合せ 切干の切昆布和え 小松菜のドレッシング和え サツマ芋のみたらしがけ 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 牛肉ブルコギ風炒め キャベツナムル 青梗菜の肉味噌和え 牛蒡の塩炒め 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g メダイの西京焼き 付け合せ インゲンの浅漬け ゆかり風味 うたウユイ風スパサラダ ヒジキ炒り豆腐 漬物(きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 鶏肉のクリーム煮 オクラの鮭和え ブロッコリーのゴマ和え ビーフンパッタイ風 漬物(きゅうり) 黄桃缶
	エネルギー 486 kcal 蛋白質 17.1 g 脂質 7.6 g 食塩 2.0 g 炭水化物 89.7 g	エネルギー 534 kcal 蛋白質 23.3 g 脂質 12.7 g 食塩 3.1 g 炭水化物 82.5 g	エネルギー 468 kcal 蛋白質 14.2 g 脂質 9.5 g 食塩 2.7 g 炭水化物 81.1 g	エネルギー 547 kcal 蛋白質 20.9 g 脂質 11.1 g 食塩 2.5 g 炭水化物 92.7 g	エネルギー 541 kcal 蛋白質 19.2 g 脂質 11.3 g 食塩 2.9 g 炭水化物 89.8 g	エネルギー 554 kcal 蛋白質 22.7 g 脂質 9.6 g 食塩 2.4 g 炭水化物 92.7 g	エネルギー 542 kcal 蛋白質 21.0 g 脂質 8.8 g 食塩 2.9 g 炭水化物 95.7 g
エネルギー 950 kcal 蛋白質 36.1 g 脂質 12.8 g 食塩 4.5 g 炭水化物 175.7 g	エネルギー 1115 kcal 蛋白質 48.6 g 脂質 24.9 g 食塩 5.6 g 炭水化物 175.4 g	エネルギー 996 kcal 蛋白質 38.0 g 脂質 20.1 g 食塩 5.5 g 炭水化物 164.9 g	エネルギー 1100 kcal 蛋白質 35.0 g 脂質 24.9 g 食塩 4.9 g 炭水化物 185.5 g	エネルギー 1102 kcal 蛋白質 39.4 g 脂質 27.4 g 食塩 5.2 g 炭水化物 175.0 g	エネルギー 1056 kcal 蛋白質 41.7 g 脂質 20.0 g 食塩 5.1 g 炭水化物 176.7 g	エネルギー 1007 kcal 蛋白質 39.9 g 脂質 16.0 g 食塩 5.3 g 炭水化物 177.4 g	

<献立表>

2024/12/19

現場 : (株) 優樹

献立種類 : 常食(通常)

年月日 : 2025年1月27日 (月) ~ 2025年2月2日 (日)

	月 27	火 28	水 29	木 30	金 31	土 1	日 2
昼食	米飯180 g ニラ豚 白菜と茎わかめの酢物 小松菜のおかか和え 里芋の煮っ転がし 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 鰯のみりん焼き 付け合せ 牛蒡の和風サラダ 切昆布のピマン和え 青梗菜のかか炒め 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 鶏肉と白菜の中華煮 インゲンのすり胡麻和え スパサラダ カレ風味 ヒジキと蓮根の煮物 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g マイのムニエル 付け合せ オクラの浅漬け 梅風味 春雨サラダ ブロccoliのシーフードソテー 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 豚肉のトマト煮 煮 アスパラのピマン和え 切干葱塩和え マカロニバター醤油ソテー 漬物 (きゅうり) 黄桃缶		
	エネルギー 483 kcal 蛋白質 17.4 g 脂質 7.3 g 食塩 2.2 g 炭水化物 87.4 g	エネルギー 558 kcal 蛋白質 20.7 g 脂質 14.8 g 食塩 2.4 g 炭水化物 88.5 g	エネルギー 512 kcal 蛋白質 18.1 g 脂質 11.3 g 食塩 2.6 g 炭水化物 86.0 g	エネルギー 504 kcal 蛋白質 20.2 g 脂質 8.7 g 食塩 2.5 g 炭水化物 88.3 g	エネルギー 581 kcal 蛋白質 21.7 g 脂質 12.4 g 食塩 2.7 g 炭水化物 95.2 g		
夕食	米飯180 g 鰹の蒲焼 付け合せ 切干ハリハリ酢 アスパラのレンチ和え マカロニのケチャップ炒め 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g ビーフシチュー風煮込み もやしのめんつゆ和え 卵豆腐 菜の花の桜海老あんかけ 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	炊き込みご飯 鯖の味噌煮 付け合せ 大根のポン酢サラダ 木の草のイキ和え 厚揚げのすき煮 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g エビフライ タルタルソース 付け合せ 胡瓜の胡麻油和え 山菜入り卵の花 茄子のみぞれ煮 漬物 (きゅうり) 黄桃缶	米飯180 g 赤魚と焼き豆腐の旨煮 小松菜のめんつゆ和え 南瓜サラダ 白菜のコトコト煮 漬物 (きゅうり) 黄桃缶		
	エネルギー 536 kcal 蛋白質 20.8 g 脂質 12.0 g 食塩 2.8 g 炭水化物 88.4 g	エネルギー 484 kcal 蛋白質 19.3 g 脂質 9.0 g 食塩 2.8 g 炭水化物 84.1 g	エネルギー 557 kcal 蛋白質 26.2 g 脂質 18.7 g 食塩 3.2 g 炭水化物 75.3 g	エネルギー 587 kcal 蛋白質 19.9 g 脂質 17.5 g 食塩 2.6 g 炭水化物 91.5 g	エネルギー 470 kcal 蛋白質 20.4 g 脂質 9.0 g 食塩 2.7 g 炭水化物 79.8 g		
	エネルギー 1019 kcal 蛋白質 38.2 g 脂質 19.3 g 食塩 5.0 g 炭水化物 175.8 g	エネルギー 1042 kcal 蛋白質 40.0 g 脂質 23.8 g 食塩 5.2 g 炭水化物 172.6 g	エネルギー 1069 kcal 蛋白質 44.3 g 脂質 30.0 g 食塩 5.8 g 炭水化物 161.3 g	エネルギー 1091 kcal 蛋白質 40.1 g 脂質 26.2 g 食塩 5.1 g 炭水化物 179.8 g	エネルギー 1051 kcal 蛋白質 42.1 g 脂質 21.4 g 食塩 5.4 g 炭水化物 175.0 g		