

<献立表>

2026/08/21

現場：（株）M the B 優樹
献立種類：常食(通常)
年月日：2026年8月31日（月）～ 2026年9月6日（日）

	月 31	火 1	水 2	木 3	金 4	土 5	日 6	
昼食		米飯180 g 太刀魚のめんつゆ煮 付け合せ 春雨酢 青梗菜の桜海老和え 牛蒡の照炒め 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g 肉コロッケ 付け合せ ビジキと玉葱の和風和え もやしのナムル インゲンの味噌醤油炒め 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g 鱈のアクアパツツァ ブロッコリーの枝豆サラダ 切干の和え ゆず草の豆乳煮 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g ハンバーグ 付け合せ マカロニの3色和え 小松菜の佃煮和え ピリ辛茼蒿 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g サケのムニエル 付け合せ 菜の花の胡麻油和え 大根と切昆布の甘酢漬 ピーマンの和炒め 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g 鶏肉と小松菜の厚揚げ煮 オクラのはんぺん和え キャベツのみょうが和え シーフードスパゲティ 漬物（きゅうり） 黄桃缶	
		エネルギー 606 kcal 蛋白質 18.6 g 脂質 17.9 g 食塩 2.7 g 炭水化物 93.9 g	エネルギー 540 kcal 蛋白質 12.2 g 脂質 12.8 g 食塩 2.5 g 炭水化物 93.9 g	エネルギー 469 kcal 蛋白質 21.7 g 脂質 6.7 g 食塩 2.5 g 炭水化物 80.4 g	エネルギー 563 kcal 蛋白質 17.2 g 脂質 11.7 g 食塩 2.6 g 炭水化物 99.5 g	エネルギー 540 kcal 蛋白質 23.0 g 脂質 10.2 g 食塩 2.4 g 炭水化物 88.5 g	エネルギー 563 kcal 蛋白質 23.6 g 脂質 10.6 g 食塩 2.7 g 炭水化物 93.4 g	
	夕食		米飯180 g 鶏肉の南蛮炒め 菜の花の塩漬け 卵豆腐 大根と竹輪の煮物 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g カレイの生姜煮 付け合せ オクラの鮭和え キャベツのゆかり和え たらこスパゲッティ 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g 筑前煮 胡瓜のうざく和え 茄子の白味噌和え 椎茸と厚揚げの煮物 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g 鰯の照り焼き 付け合せ 南瓜サラダ 白菜の酢の物 アスパラのあさり炒め 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g チリコンカン 牛蒡サラダ 青梗菜の和え 水餃子 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g 鰹のたたき煮 付け合せ インゲンと人参の摺り胡麻和え もやしの梅肉和え ビジキと筍の炒り煮 漬物（きゅうり） 黄桃缶
			エネルギー 487 kcal 蛋白質 19.8 g 脂質 8.1 g 食塩 2.5 g 炭水化物 83.7 g	エネルギー 514 kcal 蛋白質 22.6 g 脂質 4.6 g 食塩 2.7 g 炭水化物 94.7 g	エネルギー 637 kcal 蛋白質 28.8 g 脂質 9.6 g 食塩 2.3 g 炭水化物 120.0 g	エネルギー 570 kcal 蛋白質 21.9 g 脂質 17.3 g 食塩 2.3 g 炭水化物 86.6 g	エネルギー 625 kcal 蛋白質 20.5 g 脂質 20.7 g 食塩 2.8 g 炭水化物 92.9 g	エネルギー 511 kcal 蛋白質 21.4 g 脂質 9.3 g 食塩 2.7 g 炭水化物 84.0 g
			エネルギー 1093 kcal 蛋白質 38.4 g 脂質 26.0 g 食塩 5.2 g 炭水化物 177.6 g	エネルギー 1054 kcal 蛋白質 34.8 g 脂質 17.4 g 食塩 5.2 g 炭水化物 188.6 g	エネルギー 1106 kcal 蛋白質 50.5 g 脂質 16.3 g 食塩 4.8 g 炭水化物 200.4 g	エネルギー 1133 kcal 蛋白質 39.1 g 脂質 29.0 g 食塩 4.9 g 炭水化物 186.1 g	エネルギー 1165 kcal 蛋白質 43.5 g 脂質 30.9 g 食塩 5.2 g 炭水化物 181.4 g	エネルギー 1074 kcal 蛋白質 45.0 g 脂質 19.9 g 食塩 5.4 g 炭水化物 177.4 g

<献立表>

2026/08/21

現場：（株）M the B 優樹

献立種類：常食(通常)

年月日：2026年9月7日（月）～ 2026年9月13日（日）

	月 7	火 8	水 9	木 10	金 11	土 12	日 13
昼食	米飯180 g メダイの西京焼き 付け合せ 胡瓜の錦糸和え 卵の花 茄子のケチャップ炒め 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g 豚肉とキャベツの旨煮 白菜の即席漬け アスパラのおかか和え さつま芋のレンソ煮 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g ブリのマスタード焼き 付け合せ 青梗菜とハムのフレッチ和え 春雨彩りサラダ 牛蒡の磯炒め 漬物（きゅうり） 黄桃缶	炊込みご飯 あぶ玉煮 インゲンのパプリカサラダ もやしのニラ和え ひじき煮 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g 赤魚の南蛮漬け 切干の鮭和え 納豆草の白和え ブロッコリーのカーリクソテー 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g 豚肉の焼肉炒め マカロニサラダ 切昆布のめんつゆ和え 小松菜のバジル炒め 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g マスの煮付 付け合せ 菜の花の玉葱サラダ 卵豆腐 白菜の梅しそ煮 漬物（きゅうり） 黄桃缶
	エネルギー 535 kcal 蛋白質 22.9 g 脂質 12.6 g 食塩 2.3 g 炭水化物 85.9 g	エネルギー 529 kcal 蛋白質 17.2 g 脂質 6.5 g 食塩 1.5 g 炭水化物 100.4 g	エネルギー 615 kcal 蛋白質 22.3 g 脂質 21.5 g 食塩 3.8 g 炭水化物 87.5 g	エネルギー 560 kcal 蛋白質 23.0 g 脂質 17.7 g 食塩 2.8 g 炭水化物 78.3 g	エネルギー 520 kcal 蛋白質 21.1 g 脂質 7.5 g 食塩 2.6 g 炭水化物 88.9 g	エネルギー 515 kcal 蛋白質 19.2 g 脂質 12.7 g 食塩 3.1 g 炭水化物 82.6 g	エネルギー 615 kcal 蛋白質 31.2 g 脂質 11.1 g 食塩 2.8 g 炭水化物 109.0 g
	米飯180 g 牛肉とキノコのぼん酢炒め ブロッコリーのチース和え 納豆草きなこ和え 切干の昆布茶煮 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g カレイの白ダシ煮 付け合せ 切昆布の葱和え 小松菜茸和え マカロニのクリーム煮 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g 鶏肉の中華炒め オクラの胡麻よごし もずく酢 大根のつみれ煮 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g 鯖のこってり煮 付け合せ 菜の花の菜種和え キャベツのツナ和え ミートスパ 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g ビーフシチュー風煮込み 胡瓜の大豆和え 茄子の浅漬け 蓮根のスタミナ炒め 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g 太刀魚の香味焼き 付け合せ 南瓜サラダ アスパラのタコ和え 大根のべっ甲煮 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g 鶏肉のみぞれ煮 春雨の和布サラダ 青梗菜の白滝和え 金平牛蒡 漬物（きゅうり） 黄桃缶
	エネルギー 532 kcal 蛋白質 21.4 g 脂質 9.6 g 食塩 2.5 g 炭水化物 90.2 g	エネルギー 490 kcal 蛋白質 21.2 g 脂質 4.4 g 食塩 3.3 g 炭水化物 90.0 g	エネルギー 477 kcal 蛋白質 18.0 g 脂質 7.2 g 食塩 2.7 g 炭水化物 86.4 g	エネルギー 669 kcal 蛋白質 22.8 g 脂質 19.6 g 食塩 3.2 g 炭水化物 100.5 g	エネルギー 530 kcal 蛋白質 19.0 g 脂質 9.0 g 食塩 2.4 g 炭水化物 94.1 g	エネルギー 631 kcal 蛋白質 22.5 g 脂質 22.9 g 食塩 2.7 g 炭水化物 86.6 g	エネルギー 543 kcal 蛋白質 18.0 g 脂質 7.7 g 食塩 2.7 g 炭水化物 100.7 g
	エネルギー 1067 kcal 蛋白質 44.3 g 脂質 22.2 g 食塩 4.8 g 炭水化物 176.1 g	エネルギー 1019 kcal 蛋白質 38.4 g 脂質 10.9 g 食塩 4.8 g 炭水化物 190.4 g	エネルギー 1092 kcal 蛋白質 40.3 g 脂質 28.7 g 食塩 6.5 g 炭水化物 173.9 g	エネルギー 1229 kcal 蛋白質 45.8 g 脂質 37.3 g 食塩 6.0 g 炭水化物 178.8 g	エネルギー 1050 kcal 蛋白質 40.1 g 脂質 16.5 g 食塩 5.0 g 炭水化物 183.0 g	エネルギー 1146 kcal 蛋白質 41.7 g 脂質 35.6 g 食塩 5.8 g 炭水化物 169.2 g	エネルギー 1158 kcal 蛋白質 49.2 g 脂質 18.8 g 食塩 5.5 g 炭水化物 209.7 g

<献立表>

2026/08/21

現場：（株）M the B 優樹

献立種類：常食(通常)

年月日：2026年9月14日（月）～ 2026年9月20日（日）

	月 14	火 15	水 16	木 17	金 18	土 19	日 20
昼食	米飯180 g	米飯180 g	米飯180 g	米飯180 g	米飯180 g	米飯180 g	米飯180 g
	海老カツ	鱈の洋風煮	牛肉の柳川風煮	サゴシの柚子皮煮	鶏肉の塩麹炒め	鰯の葱焼き	豚肉の生姜焼き
	付け合せ	付け合せ	さつま芋サラダ	付け合せ	もやしの竹輪和え	付け合せ	マカロニの鮭マヨネーズ
	スパゲッティ	胡瓜のしらす和え	アスパラガス	青梗菜のしめじ和え	インゲンのコンソメ和え	ブロッコリーチーズソース	切昆布の白だし和え
	オクラのササミ和え	人参ラペ	白菜のチャウダー煮	牛蒡の彩り和え	ピーキとベーコンの炒り煮	ホレン草のお浸し	小松菜のトコト煮
	キャベツのウインナー炒め	茄子と葱の煮浸し	漬物（きゅうり）	春雨チャプチェ	漬物（きゅうり）	切干のニろそばろ炒め	漬物（きゅうり）
	漬物（きゅうり）	漬物（きゅうり）	黄桃缶	漬物（きゅうり）	黄桃缶	漬物（きゅうり）	黄桃缶
	黄桃缶	黄桃缶		黄桃缶		黄桃缶	
	エネルギー 597 kcal 蛋白質 18.1 g	エネルギー 488 kcal 蛋白質 20.2 g	エネルギー 565 kcal 蛋白質 19.8 g	エネルギー 571 kcal 蛋白質 20.8 g	エネルギー 479 kcal 蛋白質 17.2 g	エネルギー 588 kcal 蛋白質 25.5 g	エネルギー 552 kcal 蛋白質 17.7 g
	脂質 17.0 g 食塩 2.5 g	脂質 10.2 g 食塩 2.7 g	脂質 13.4 g 食塩 2.5 g	脂質 11.3 g 食塩 2.5 g	脂質 7.6 g 食塩 2.4 g	脂質 18.5 g 食塩 2.5 g	脂質 14.3 g 食塩 2.5 g
夕食	炭水化物 93.3 g	炭水化物 81.1 g	炭水化物 93.5 g	炭水化物 95.1 g	炭水化物 84.9 g	炭水化物 83.3 g	炭水化物 88.3 g
	米飯180 g	米飯180 g	米飯180 g	米飯180 g	筍と桜海老の炊込	米飯180 g	米飯180 g
	鰯の蒲焼	肉団子酢豚	鮭のマヨネーズ粉焼き	肉じゃが	太刀魚のムニエル	牛肉のキコ煮	メダイの幽庵焼き
	付け合せ	ブロッコリーの胡麻和え	付け合せ	大根の海藻サラダ	付け合せ	胡瓜の柚子皮和え	付け合せ
	ピーキの豆サラダ	ホレン草の帆立和え	小松菜の海老和え	菜の花のピーナッツ和え	スパタマサラダ	茄子のカレー炒め	アスパラの中華和え
	もやしの旨塩和え	切干沢煮	切昆布の和風和え	コーンソテー	オクラのみょうが和え	蓮根のカレー炒め	白菜の磯和え
	インゲンの肉味噌炒め	漬物（きゅうり）	マカロニチーズ	漬物（きゅうり）	キャベツの塩昆布炒め	漬物（きゅうり）	里芋のみたらしがけ
	漬物（きゅうり）	黄桃缶	漬物（きゅうり）	黄桃缶	漬物（きゅうり）	黄桃缶	漬物（きゅうり）
	黄桃缶		黄桃缶		黄桃缶		黄桃缶
	エネルギー 548 kcal 蛋白質 21.3 g	エネルギー 578 kcal 蛋白質 16.2 g	エネルギー 560 kcal 蛋白質 24.3 g	エネルギー 547 kcal 蛋白質 25.4 g	エネルギー 633 kcal 蛋白質 22.7 g	エネルギー 531 kcal 蛋白質 18.3 g	エネルギー 678 kcal 蛋白質 28.5 g
	脂質 13.3 g 食塩 3.0 g	脂質 11.9 g 食塩 2.8 g	脂質 13.1 g 食塩 2.6 g	脂質 10.9 g 食塩 2.5 g	脂質 22.8 g 食塩 3.1 g	脂質 9.7 g 食塩 2.4 g	脂質 11.0 g 食塩 2.5 g
	炭水化物 86.9 g	炭水化物 101.1 g	炭水化物 86.3 g	炭水化物 90.0 g	炭水化物 87.1 g	炭水化物 92.8 g	炭水化物 124.7 g
	エネルギー 1145 kcal 蛋白質 39.4 g	エネルギー 1066 kcal 蛋白質 36.4 g	エネルギー 1125 kcal 蛋白質 44.1 g	エネルギー 1118 kcal 蛋白質 46.2 g	エネルギー 1112 kcal 蛋白質 39.9 g	エネルギー 1119 kcal 蛋白質 43.8 g	エネルギー 1230 kcal 蛋白質 46.2 g
	脂質 30.3 g 食塩 5.5 g	脂質 22.1 g 食塩 5.5 g	脂質 26.5 g 食塩 5.1 g	脂質 22.2 g 食塩 5.0 g	脂質 30.4 g 食塩 5.5 g	脂質 28.2 g 食塩 4.9 g	脂質 25.3 g 食塩 5.0 g
	炭水化物 180.2 g	炭水化物 182.2 g	炭水化物 179.8 g	炭水化物 185.1 g	炭水化物 172.0 g	炭水化物 176.1 g	炭水化物 213.0 g

<献立表>

2026/08/21

現場：（株）M the B 優樹

献立種類：常食(通常)

年月日：2026年9月21日（月）～ 2026年9月27日（日）

	月 21	火 22	水 23	木 24	金 25	土 26	日 27
昼食	米飯180 g アジの梅肉煮 付け合せ 大根のおかかサラダ 冷奴 菜の花のクリーム煮 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g 豆腐ハンバーグ 玉葱和風ソース 付け合せ キャベツのコールスローサラダ オクラの辛子和え ナポリタン 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g ますのチャンチャン焼き 胡瓜のカニカサ酢 茄子の生姜和え 大豆の五目煮 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g プルコギ風炒め 南瓜サラダ アスパラのマスタード和え 白菜のサマ揚げ煮 漬物（きゅうり） 黄桃缶	五目炊き込みご飯 赤魚の生姜煮 付け合せ 春雨の菜っ葉サラダ 牛蒡と蓮根の胡麻よごし 青梗菜のオイスター炒め 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g 鶏肉と白菜のトマト煮 ビジキと水菜のサラダ もやしのからけ和え インゲンと白滝の金平 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g メヌケの野菜あんかけ 切干ナムル 納豆草の麺つゆ和え ブロッコリーの麴炒め 漬物（きゅうり） 黄桃缶
	エネルギー 537 kcal 蛋白質 24.3 g 脂質 12.2 g 食塩 2.6 g 炭水化物 83.4 g	エネルギー 519 kcal 蛋白質 15.0 g 脂質 9.7 g 食塩 2.9 g 炭水化物 94.0 g	エネルギー 552 kcal 蛋白質 26.1 g 脂質 11.7 g 食塩 2.7 g 炭水化物 88.5 g	エネルギー 546 kcal 蛋白質 20.5 g 脂質 11.0 g 食塩 2.7 g 炭水化物 92.7 g	エネルギー 502 kcal 蛋白質 19.3 g 脂質 6.6 g 食塩 2.7 g 炭水化物 91.6 g	エネルギー 478 kcal 蛋白質 17.3 g 脂質 8.3 g 食塩 2.4 g 炭水化物 84.6 g	エネルギー 472 kcal 蛋白質 21.5 g 脂質 5.2 g 食塩 2.6 g 炭水化物 83.8 g
	米飯180 g チキンカツ デミソース 付け合せ ビーフン和風和え 牛蒡のエキマリネ 青梗菜の中華煮 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g カレイの酒蒸し 付け合せ もやしのゆかり和え ビジキのはんぺん和え インゲンと筍の炒り煮 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g 豚肉のトマト煮込み ブロッコリーの錦糸和え 紅白なます 納豆草ソテー 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g 鯖のオイスター煮 付け合せ マカロニのオリーブ和え 切昆布のからけ和え 小松菜の山菜煮 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g 野菜コロッケ 付け合せ 大根の大葉サラダ 菜の花の味噌和え 厚揚げの桜海老あんかけ 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g 太刀魚のレモンニール 付け合せ オクラのぼん酢和え 和風スバ和え キャベツのスープ煮 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g 牛肉スタミナ炒め 胡瓜のフレンチ和え 茄子の葱蒲鉾和え スクランブルエッグ 漬物（きゅうり） 黄桃缶
	エネルギー 525 kcal 蛋白質 23.5 g 脂質 8.6 g 食塩 2.5 g 炭水化物 90.2 g	エネルギー 501 kcal 蛋白質 21.6 g 脂質 4.4 g 食塩 2.7 g 炭水化物 91.4 g	エネルギー 512 kcal 蛋白質 19.6 g 脂質 7.7 g 食塩 2.5 g 炭水化物 90.1 g	エネルギー 632 kcal 蛋白質 20.7 g 脂質 23.6 g 食塩 2.8 g 炭水化物 87.2 g	エネルギー 544 kcal 蛋白質 14.4 g 脂質 13.4 g 食塩 2.4 g 炭水化物 93.0 g	エネルギー 609 kcal 蛋白質 19.3 g 脂質 22.3 g 食塩 2.5 g 炭水化物 86.0 g	エネルギー 594 kcal 蛋白質 21.1 g 脂質 19.9 g 食塩 2.8 g 炭水化物 82.7 g
	エネルギー 1062 kcal 蛋白質 47.8 g 脂質 20.8 g 食塩 5.1 g 炭水化物 173.6 g	エネルギー 1020 kcal 蛋白質 36.6 g 脂質 14.1 g 食塩 5.6 g 炭水化物 185.4 g	エネルギー 1064 kcal 蛋白質 45.7 g 脂質 19.4 g 食塩 5.2 g 炭水化物 178.6 g	エネルギー 1178 kcal 蛋白質 41.2 g 脂質 34.6 g 食塩 5.5 g 炭水化物 179.9 g	エネルギー 1046 kcal 蛋白質 33.7 g 脂質 20.0 g 食塩 5.1 g 炭水化物 184.6 g	エネルギー 1087 kcal 蛋白質 36.6 g 脂質 30.6 g 食塩 4.9 g 炭水化物 170.6 g	エネルギー 1066 kcal 蛋白質 42.6 g 脂質 25.1 g 食塩 5.4 g 炭水化物 166.5 g

<献立表>

2026/08/21

現場：（株）M the B 優樹

献立種類：常食(通常)

年月日：2026年9月28日（月）～ 2026年10月4日（日）

	月 28	火 29	水 30	木 1	金 2	土 3	日 4
昼食	米飯180 g 麻婆豆腐 切昆布のビーマンและ 小松菜の煮浸し マカロニのキノコ煮 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g 鱈のポタ風煮 菜の花の山葵醤油和え 肉焼売 大根とあげの煮物 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g 豚肉の卵とじ スパゲティ棒棒鶏風 オウのゆかり和え キャベツの回鍋肉風 漬物（きゅうり） 黄桃缶				
	エネルギー 580 kcal 蛋白質 21.4 g 脂質 14.7 g 食塩 2.7 g 炭水化物 90.9 g	エネルギー 501 kcal 蛋白質 23.3 g 脂質 6.6 g 食塩 2.7 g 炭水化物 85.9 g	エネルギー 559 kcal 蛋白質 20.1 g 脂質 11.0 g 食塩 2.6 g 炭水化物 94.1 g				
	米飯180 g 鰯の胡麻照り焼き 付け合せ タラモサラダ アスパラのジャコ和え 白菜のトマト煮 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g 鶏肉のハーマスタート炒め 春雨のエキク和え 青梗菜のあさり和え 鶏牛蒡 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g 鮭の塩焼き 付け合せ もやしの洋風和え インゲンのおろし茸和え さつま芋のビシキ煮 漬物（きゅうり） 黄桃缶				
	エネルギー 553 kcal 蛋白質 21.4 g 脂質 14.7 g 食塩 2.5 g 炭水化物 85.3 g	エネルギー 525 kcal 蛋白質 17.5 g 脂質 9.7 g 食塩 2.7 g 炭水化物 91.6 g	エネルギー 544 kcal 蛋白質 22.9 g 脂質 8.0 g 食塩 2.5 g 炭水化物 94.8 g				
	エネルギー 1133 kcal 蛋白質 42.8 g 脂質 29.4 g 食塩 5.2 g 炭水化物 176.2 g	エネルギー 1026 kcal 蛋白質 40.8 g 脂質 16.3 g 食塩 5.4 g 炭水化物 177.5 g	エネルギー 1103 kcal 蛋白質 43.0 g 脂質 19.0 g 食塩 5.1 g 炭水化物 188.9 g				
夕食	米飯180 g 鰯の胡麻照り焼き 付け合せ タラモサラダ アスパラのジャコ和え 白菜のトマト煮 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g 鶏肉のハーマスタート炒め 春雨のエキク和え 青梗菜のあさり和え 鶏牛蒡 漬物（きゅうり） 黄桃缶	米飯180 g 鮭の塩焼き 付け合せ もやしの洋風和え インゲンのおろし茸和え さつま芋のビシキ煮 漬物（きゅうり） 黄桃缶				
	エネルギー 553 kcal 蛋白質 21.4 g 脂質 14.7 g 食塩 2.5 g 炭水化物 85.3 g	エネルギー 525 kcal 蛋白質 17.5 g 脂質 9.7 g 食塩 2.7 g 炭水化物 91.6 g	エネルギー 544 kcal 蛋白質 22.9 g 脂質 8.0 g 食塩 2.5 g 炭水化物 94.8 g				
	エネルギー 1133 kcal 蛋白質 42.8 g 脂質 29.4 g 食塩 5.2 g 炭水化物 176.2 g	エネルギー 1026 kcal 蛋白質 40.8 g 脂質 16.3 g 食塩 5.4 g 炭水化物 177.5 g	エネルギー 1103 kcal 蛋白質 43.0 g 脂質 19.0 g 食塩 5.1 g 炭水化物 188.9 g				