

東が丘ホーム 11月献立表

					11月1日(金)	11月2日(土)	11月3日(日)
朝食					食パン(6枚切り) ジャム クリームシチュー 牛乳 フルーツ缶(みかん)	食パン(6枚切り) ジャム 角切りサラダ コーヒー牛乳 フルーツ缶(カクテル)	食パン(6枚切り) ジャム 白菜のスープ煮 牛乳 フルーツ缶(黄桃)
					エネルギー:511kcal たんぱく:18.6g 脂質:12.9g カルシウム:431mg 食塩相:3.0g	エネルギー:501kcal たんぱく:18.6g 脂質:14.5g カルシウム:431mg 食塩相:1.7g	エネルギー:422kcal たんぱく:18.6g 脂質:10.4g カルシウム:431mg 食塩相:2.2g
昼食					赤飯 鶏肉の醤油麹焼き 五目金平 味噌汁(豆腐・白ねぎ) フルーツ缶(白桃)	御飯 鱈の柚子香焼き ほうれん草の胡麻和え すまし汁(麩・青ねぎ) フルーツ(バナナ)	御飯 豚肉のソテー 茸ソース コールスロー コンソメスープ(ミックスベジタブル・玉葱) フルーツ缶(洋梨)
					エネルギー:551kcal たんぱく:21.2g 脂質:15.5g カルシウム:162mg 食塩相:3.7g	エネルギー:397kcal たんぱく:21.2g 脂質:4.7g カルシウム:162mg 食塩相:2.3g	エネルギー:491kcal たんぱく:21.2g 脂質:12.9g カルシウム:162mg 食塩相:2.5g
おやつ						ひとくちまんじゅう(ゆず)	
						エネルギー:53kcal たんぱく:0.1g 脂質:0.1g カルシウム:0.0g 食塩相:0.0g	
夕食					御飯 豚肉のきのこあんかけ 白菜のサラダ 味噌汁(ごぼう・人参・大根葉)	御飯 車麩の卵とじ煮 金平ごぼう 赤だし(大根・玉葱)	御飯 鯖の生姜煮 焼茄子の生姜醤油風味 味噌汁(高野豆腐・大根葉)
					エネルギー:430kcal たんぱく:16.4g 脂質:12.4g カルシウム:124mg 食塩相:2.5g	エネルギー:492kcal たんぱく:16.4g 脂質:10.2g カルシウム:124mg 食塩相:2.4g	エネルギー:586kcal たんぱく:16.4g 脂質:25.8g カルシウム:124mg 食塩相:2.3g
日計					エネルギー:1492kcal たんぱく:56.2g 脂質:40.8g カルシウム:717mg 食塩相:9.2g	エネルギー:1443kcal たんぱく:56.2g 脂質:29.5g カルシウム:717mg 食塩相:6.4g	エネルギー:1499kcal たんぱく:56.2g 脂質:49.1g カルシウム:717mg 食塩相:7.0g

	11月4日(月)	11月5日(火)	11月6日(水)	11月7日(木)	11月8日(金)	11月9日(土)	11月10日(日)
朝食	黒糖パン ジャーマンポテト 牛乳 フルーツ缶(カクテル)	食パン(6枚切り) ジャム チーズスクランブルエッグ コーヒー牛乳 フルーツ缶(みかん)	食パン(6枚切り) ジャム 豆たっぷりサラダ 牛乳 フルーツ缶(黄桃)	御飯 高野豆腐とじゃが芋の煮物 昆布豆 味噌汁(えのき・玉葱)	食パン(6枚切り) ジャム ミネストローネ 牛乳 フルーツ缶(カクテル)	食パン(6枚切り) ジャム オムレツ 牛乳 フルーツ缶(みかん)	食パン(6枚切り) ジャム 豆乳スープ 牛乳 フルーツ缶(黄桃)
	エネルギー:494kcal タンパク:15.0g 脂質:14.6g カルシウム:240mg 食塩相:1.3g	エネルギー:523kcal タンパク:16.7g 脂質:20.4g カルシウム:277mg 食塩相:1.6g	エネルギー:521kcal タンパク:18.9g 脂質:18.8g カルシウム:331mg 食塩相:2.1g	エネルギー:463kcal 脂質:5.8g 食塩相:2.4g	エネルギー:481kcal タンパク:16.3g 脂質:17.2g カルシウム:272mg 食塩相:2.5g	エネルギー:438kcal 脂質:13.1g 食塩相:1.5g	エネルギー:505kcal 脂質:15.1g 食塩相:2.5g
昼食	ゆかり御飯 鱈の銀あんかけ 海草サラダ 味噌汁(小松菜・玉葱) フルーツ(バナナ)	御飯 鶏肉の照り焼き 春菊の白あえ 味噌汁(しろ菜・大根葉) フルーツ缶(白桃)	関西風きつねうどん(郷土料理) 卵の花炒り煮 ほうれん草の土佐酢 フルーツ缶(パイン)	【郷土料理(関西)選択食】 御飯 A. かしわのすき焼き(奈良) ほうれん草のおかか和え 粕汁(兵庫郷土料理) フルーツヨーグルト	御飯 白身魚フライ ポテトサラダ 味噌汁(水菜・玉葱) フルーツ(バナナ)	海老マカロニグラタン グリーンサラダ コンソメスープ(玉葱・コーン) フルーツ缶(洋梨)	御飯 鶏肉の塩麴焼き 小松菜のごま和え すまし汁(わかめ・貝割れ) フルーツ(バナナ)
	エネルギー:395kcal タンパク:17.5g 脂質:3.0g カルシウム:162mg 食塩相:3.3g	エネルギー:480kcal タンパク:18.4g 脂質:12.3g カルシウム:183mg 食塩相:2.1g	エネルギー:472kcal タンパク:16.9g 脂質:12.9g カルシウム:181mg 食塩相:4.5g	エネルギー:521kcal 脂質:12.2g 食塩相:2.6g B. 赤魚の西京漬焼き(京都) エネルギー:521kcal 脂質:8.2g 食塩相:2.7g	エネルギー:548kcal タンパク:13.5g 脂質:17.7g カルシウム:159mg 食塩相:1.9g	エネルギー:495kcal 脂質:16.5g 食塩相:3.6g	エネルギー:463kcal 脂質:12.2g 食塩相:2.1g
おやつ	ロールケーキ			ミニどら焼き		せんべい	
	エネルギー:95kcal タンパク:1.3g 脂質:3.9g カルシウム:0mg 食塩相:0.1g			エネルギー:72kcal 脂質:0.9g 食塩相:0.1g		エネルギー:49kcal 脂質:0.1g 食塩相:0.2g	
夕食	御飯 豆腐ハンバーグ 切干大根の煮物 味噌汁(椎茸・貝割れ)	御飯 鱈の利休焼き 大根サラダ けんちん汁	御飯 がんもの煮物 干草和え 味噌汁(南瓜・絹さや)	御飯 お麩とかにかまの卵とじ キャベツの浅漬け 中華スープ(もやし・玉葱)	御飯 鶏肉の香味焼き もやしのわさび和え 味噌汁(大根・大根葉)	御飯 豚肉と野菜の炒め物 春雨の和え物 中華スープ(大根・赤ピーマン)	御飯 鱈の葱味噌焼き やわらか大学芋 赤だし(豆腐・青ねぎ)
	エネルギー:465kcal タンパク:14.7g 脂質:14.1g カルシウム:125mg 食塩相:2.7g	エネルギー:457kcal タンパク:22.2g 脂質:13.1g カルシウム:292mg 食塩相:3.4g	エネルギー:467kcal タンパク:13.6g 脂質:17.0g カルシウム:124mg 食塩相:2.5g	エネルギー:431kcal 脂質:10.0g 食塩相:3.1g	エネルギー:458kcal タンパク:18.5g 脂質:10.0g カルシウム:112mg 食塩相:2.0g	エネルギー:462kcal 脂質:15.7g 食塩相:2.0g	エネルギー:484kcal 脂質:10.3g 食塩相:1.9g
日計	エネルギー:1449kcal タンパク:48.5g 脂質:35.6g カルシウム:527mg 食塩相:7.4g	エネルギー:1460kcal タンパク:57.3g 脂質:45.8g カルシウム:752mg 食塩相:7.0g	エネルギー:1460kcal タンパク:49.4g 脂質:48.7g カルシウム:636mg 食塩相:9.1g	エネルギー:1487kcal 脂質:28.9g 食塩相:8.2g	エネルギー:1487kcal タンパク:48.3g 脂質:44.9g カルシウム:543mg 食塩相:6.5g	エネルギー:1444kcal 脂質:45.4g 食塩相:7.2g	エネルギー:1452kcal 脂質:37.6g 食塩相:6.4g

	11月11日(月)	11月12日(火)	11月13日(水)	11月14日(木)	11月15日(金)	11月16日(土)	11月17日(日)
朝食	ロールパン ジャム ソーセージと野菜の炒め物 牛乳 フルーツ缶(カクテル)	食パン(6枚切り) ジャム クラムチャウダー 牛乳 フルーツ缶(みかん)	食パン(6枚切り) ジャム トマト煮込み コーヒー牛乳 フルーツ缶(黄桃)	御飯 お魚とうふ揚げの煮物 納豆 六甲味噌汁(関西郷土料理)	食パン(6枚切り) ジャム 明太スパゲティサラダ 牛乳 フルーツ缶(カクテル)	食パン(6枚切り) ジャム ウインナーと野菜のスープ煮 牛乳 フルーツ缶(みかん)	食パン(6枚切り) ジャム ポテトサラダ 牛乳 フルーツ缶(黄桃)
	エネルギー:469kcal タンパク:16.9g 脂質:13.0g カルシウム:260mg 食塩相:1.8g	エネルギー:500kcal タンパク:20.4g 脂質:12.3g カルシウム:442mg 食塩相:2.8g	エネルギー:496kcal タンパク:15.7g 脂質:14.0g カルシウム:275mg 食塩相:2.5g	エネルギー:420kcal 脂質:10.5g 食塩相:1.5g	エネルギー:531kcal タンパク:15.6g 脂質:20.6g カルシウム:257mg 食塩相:1.9g	エネルギー:464kcal 脂質:14.8g 食塩相:2.4g	エネルギー:515kcal 脂質:17.6g 食塩相:1.6g
昼食	バターライス ハンバーグ デミソース グリーンサラダ 味噌汁(キャベツ・葱) フルーツ缶(白桃)	なすのミートソースパゲティ コールスローサラダ コンソメスープ(わかめ・玉葱・人参) フルーツ(バナナ)	御飯 豚肉の甘辛焼 カリフラワーサラダ 味噌汁(ほうれん草・えのき) フルーツ缶(パイナップル)	御飯 若鶏竜田揚げ わかめサラダ トマトのポタージュ フルーツヨーグルト	自由軒風カレー(大阪郷土料理) コールスロー コンソメスープ(マッシュルーム・玉葱) フルーツ(バナナ)	御飯 肉豆腐 白菜の和え物 盆汁(三重郷土料理) フルーツ缶(洋梨)	御飯 鱈のムニエル タルタルソース 花野菜サラダ 青梗菜のミルクスープ フルーツ(バナナ)
	エネルギー:492kcal タンパク:14.3g 脂質:11.9g カルシウム:251mg 食塩相:2.4g	エネルギー:499kcal タンパク:13.0g 脂質:18.3g カルシウム:51mg 食塩相:4.1g	エネルギー:530kcal タンパク:20.0g 脂質:16.8g カルシウム:191mg 食塩相:2.8g	エネルギー:576kcal 脂質:16.1g 食塩相:2.5g	エネルギー:584kcal タンパク:21.2g 脂質:21.3g カルシウム:157mg 食塩相:3.5g	エネルギー:493kcal 脂質:13.1g 食塩相:2.7g	エネルギー:513kcal 脂質:15.3g 食塩相:2.4g
おやつ	ウエハース			【洋菓子選択食】 パウンドケーキさつま芋 ロールケーキ(チョコ) 抹茶ケーキ		ココアプリン	
	エネルギー:50kcal タンパク:0.6g 脂質:2.7g カルシウム:577mg 食塩相:0.0g			エネルギー:77kcal 脂質:3.9g 食塩相:0.1g		エネルギー:67kcal 脂質:1.6g 食塩相:0.1g	
				エネルギー:95kcal 脂質:3.6g 食塩相:0.1g			
				エネルギー:75kcal 脂質:4.8g 食塩相:0.0g			
夕食	御飯 豚肉のオイスターソース炒め もやしのナムル 中華スープ(豆腐・にら)	御飯 おでん 卵の花 赤だし(えのき・小松菜)	御飯 カレイの銀あんかけ マカロニサラダ 味噌汁(豆腐・青ねぎ)	御飯 厚揚げと豚肉の炒め物 三色ナムル コンソメスープ(菜の花・玉ねぎ)	御飯 魚の味噌漬焼き 切干大根の炒め煮 すまし汁(椎茸・貝割れ)	御飯 鱈の生姜煮 さつまいものミルク煮 味噌汁(えのき・絹さや)	御飯 友禅豆腐 南瓜のバター醤油煮 味噌汁(大根・大根葉)
	エネルギー:435kcal タンパク:16.1g 脂質:13.9g カルシウム:194mg 食塩相:2.1g	エネルギー:497kcal タンパク:21.4g 脂質:13.5g カルシウム:290mg 食塩相:4.0g	エネルギー:436kcal タンパク:19.5g 脂質:10.9g カルシウム:143mg 食塩相:2.2g	エネルギー:408kcal 脂質:11.0g 食塩相:2.5g	エネルギー:364kcal タンパク:13.4g 脂質:5.8g カルシウム:166mg 食塩相:3.1g	エネルギー:433kcal 脂質:4.4g 食塩相:1.9g	エネルギー:439kcal 脂質:8.7g 食塩相:3.1g
日計	エネルギー:1446kcal タンパク:47.9g 脂質:41.5g カルシウム:1282mg 食塩相:6.2g	エネルギー:1496kcal タンパク:54.8g 脂質:44.1g カルシウム:783mg 食塩相:11.0g	エネルギー:1462kcal タンパク:55.2g 脂質:41.7g カルシウム:609mg 食塩相:7.4g	エネルギー:1481kcal 脂質:41.5g 食塩相:6.5g	エネルギー:1479kcal タンパク:50.2g 脂質:47.7g カルシウム:580mg 食塩相:8.5g	エネルギー:1457kcal 脂質:33.9g 食塩相:7.1g	エネルギー:1467kcal 脂質:41.6g 食塩相:7.2g

	11月18日(月)	11月19日(火)	11月20日(水)	11月21日(木)	11月22日(金)	11月23日(土)	11月24日(日)
朝食	レーズンロール かにかまとブロッコリーのサラダ 牛乳 フルーツ缶(カクテル)	食パン(6枚切り) ジャム ウインナーと野菜のソテー 牛乳 フルーツ缶(みかん)	食パン(6枚切り) ジャム ミートボールのクリーム煮 牛乳 フルーツ缶(黄桃)	御飯 さつま揚げと野菜の煮物 昆布豆 味噌汁(しろ菜・玉葱)	食パン(6枚切り) ジャム キャベツのコンソメ煮 牛乳 フルーツ缶(みかん)	食パン(6枚切り) ジャム ミートオムレツ 牛乳 フルーツ缶(カクテル)	食パン(6枚切り) ジャム ツナと野菜の炒め物 コーヒー牛乳 フルーツ缶(黄桃)
	エネルギー:415kcal タンパク:15.9g 脂質:12.5g カルシウム:298mg 食塩相:1.3g	エネルギー:472kcal タンパク:15.5g 脂質:18.3g カルシウム:277mg 食塩相:1.9g	エネルギー:545kcal タンパク:19.0g 脂質:14.9g カルシウム:380mg 食塩相:3.1g	エネルギー:446kcal 脂質:5.6g 食塩相:3.0g	エネルギー:433kcal タンパク:15.9g 脂質:10.5g カルシウム:280mg 食塩相:2.5g	エネルギー:460kcal 脂質:14.5g 食塩相:2.1g	エネルギー:491kcal 脂質:16.1g 食塩相:1.3g
昼食	御飯 筑前煮 白菜のゆかり和え 味噌汁(さつまいも・水菜) フルーツ缶(白桃)	わかめ御飯 鰯のごま漬焼 なすの味噌炒め すまし汁(ごぼう・白菜) フルーツ(バナナ)	御飯 ロールキャベツのトマト煮 ごぼうサラダ 味噌汁(もやし・えのき) フルーツ缶(パイナップル)	にしんそば(京都郷土料理) 厚焼玉子 わかろ湯葉のお浸し(京都郷土料理) フルーツ(バナナ)	御飯 麻婆豆腐 チンゲン菜の中華和え ザーサイのスープ フルーツヨーグルト	【11月の行事食】 御飯 天ぷら盛合せ いんげんの胡桃味噌和え すまし汁(麩・絹さや) 洋梨の赤ワイン煮	御飯 メンチカツ スナップエンドウのサラダ コンソメスープ(隠元・玉葱) フルーツ(バナナ)
	エネルギー:494kcal タンパク:17.2g 脂質:9.6g カルシウム:127mg 食塩相:2.1g	エネルギー:531kcal タンパク:20.3g 脂質:10.5g カルシウム:158mg 食塩相:2.8g	エネルギー:470kcal タンパク:10.6g 脂質:12.0g カルシウム:137mg 食塩相:3.1g	エネルギー:482kcal 脂質:11.8g 食塩相:4.2g	エネルギー:543kcal タンパク:23.1g 脂質:16.1g カルシウム:336mg 食塩相:2.8g	エネルギー:478kcal 脂質:9.5g 食塩相:3.6g	エネルギー:505kcal 脂質:13.9g 食塩相:2.3g
おやつ	抹茶ワッフル			チョコレート		ドーナツ	
	エネルギー:101kcal タンパク:1.5g 脂質:4.6g カルシウム:200mg 食塩相:0.1g			エネルギー:62kcal 脂質:3.6g 食塩相:0.0g		エネルギー:104kcal 脂質:5.4g 食塩相:0.2g	
夕食	御飯 カレイのネギソース えび風味焼売 中華スープ(豆腐・にら)	御飯 親子煮 小松菜のお浸し きのこ汁	御飯 鯖の煮つけ(関西郷土料理) 白菜の煮浸し すまし汁(杓苳草・麩)	御飯 豚肉のわさび醤油焼き れんこんの胡麻味噌炒め 味噌汁(南瓜・大根葉)	御飯 鶏肉の山椒焼き 里芋のいとこ煮(滋賀郷土料理) かき玉汁	御飯 魚の香草パン粉焼き 合鴨のサラダ キャロットポタージュ	御飯 鶏肉と野菜の煮物 キャベツのゆかり和え 味噌汁(白菜・水菜)
	エネルギー:435kcal タンパク:20.2g 脂質:10.9g カルシウム:131mg 食塩相:2.2g	エネルギー:478kcal タンパク:22.5g 脂質:14.5g カルシウム:197mg 食塩相:2.2g	エネルギー:477kcal タンパク:16.9g 脂質:16.8g カルシウム:107mg 食塩相:2.7g	エネルギー:470kcal 脂質:12.3g 食塩相:2.3g	エネルギー:470kcal タンパク:18.0g 脂質:11.7g カルシウム:92mg 食塩相:2.2g	エネルギー:403kcal 脂質:5.1g 食塩相:2.7g	エネルギー:444kcal 脂質:9.8g 食塩相:2.1g
日計	エネルギー:1445kcal タンパク:54.8g 脂質:37.6g カルシウム:756mg 食塩相:5.7g	エネルギー:1481kcal タンパク:58.3g 脂質:43.3g カルシウム:632mg 食塩相:6.9g	エネルギー:1492kcal タンパク:46.5g 脂質:43.7g カルシウム:624mg 食塩相:8.9g	エネルギー:1460kcal 脂質:33.3g 食塩相:9.5g	エネルギー:1446kcal タンパク:57.0g 脂質:38.3g カルシウム:708mg 食塩相:7.4g	エネルギー:1445kcal 脂質:34.5g 食塩相:8.5g	エネルギー:1440kcal 脂質:39.8g 食塩相:5.6g

	11月25日(月)	11月26日(火)	11月27日(水)	11月28日(木)	11月29日(金)	11月30日(土)	
朝食	あんパン パンプキンサラダ 牛乳 フルーツ缶(カクテル)	食パン(6枚切り) ジャム スクランブルエッグ コーヒー牛乳 フルーツ缶(みかん)	食パン(6枚切り) ジャム ハムと野菜の炒めもの 牛乳 フルーツ缶(黄桃)	御飯 じゃが芋と竹輪の煮物 ごま豆腐(和歌山郷土料理) 味噌汁(もやし・玉ねぎ)	食パン(6枚切り) ジャム エビ団子のコンソメ煮 牛乳 フルーツ缶(カクテル)	食パン(6枚切り) ジャム ツナと野菜のソテー 牛乳 フルーツ缶(みかん)	
	エネルギー:582kcal タンパク:17.1g 脂質:19.5g カルシウム:297mg 食塩相:1.0g	エネルギー:512kcal タンパク:15.8g 脂質:19.4g カルシウム:255mg 食塩相:1.6g	エネルギー:436kcal タンパク:16.0g 脂質:12.5g カルシウム:262mg 食塩相:1.8g	エネルギー:382kcal 脂質:4.2g 食塩相:2.3g	エネルギー:445kcal タンパク:15.3g 脂質:11.9g カルシウム:321mg 食塩相:2.1g	エネルギー:458kcal 脂質:16.5g 食塩相:1.6g	
昼食	豚骨ラーメン かに焼売 もやしの中華和え フルーツ缶(白桃)	御飯 鶏肉のソテー クリームソース 小松菜の磯和え 味噌汁(麩・オクラ) フルーツ(バナナ)	【郷土料理(関西)選択食】 御飯 A. 豚串カツ(大阪) しろ菜辛子和え(大阪郷土料理) 味噌汁(南瓜・もやし) フルーツヨーグルト	御飯 ポークチャップ 根菜の土佐煮 味噌汁(わかめ・貝割れ) フルーツ(バナナ)	御飯 鯖の塩焼き 切り昆布の炒り煮 味噌汁(南瓜・大根葉) フルーツ缶(パイン)	(旬の食材の日 小雪) 御飯 華味鶏のみぞれ鍋風煮 ほうれん草の辛子和え すまし汁(ごぼう・ねぎ) フルーツ(りんご)	
	エネルギー:454kcal タンパク:18.8g 脂質:13.5g カルシウム:129mg 食塩相:2.9g	エネルギー:499kcal タンパク:22.4g 脂質:11.0g カルシウム:346mg 食塩相:2.6g	エネルギー:521kcal タンパク:15.3g 脂質:11.0g カルシウム:274mg 食塩相:2.6g B. 魚のかぶら蒸し(京都)	エネルギー:540kcal 脂質:13.7g 食塩相:3.0g	エネルギー:560kcal タンパク:18.8g 脂質:18.4g カルシウム:168mg 食塩相:2.8g	エネルギー:413kcal 脂質:8.6g 食塩相:2.7g	
			エネルギー:501kcal タンパク:25.7g 脂質:4.3g カルシウム:306mg 食塩相:3.0g				
おやつ	サラダせんべい			白あんまんじゅう		やわらかサブレ	
	エネルギー:47kcal タンパク:0.5g 脂質:1.7g カルシウム:0mg 食塩相:0.2g			エネルギー:59kcal 脂質:0.1g 食塩相:0.1g		エネルギー:92kcal 脂質:5.5g 食塩相:0.1g	
夕食	御飯 ミートボールときのこのクリーム煮 スタッフエントウのサラダ コンソメスープ(うまい菜・玉葱)	御飯 豚肉の温しゃぶ ほうれん草のかにかま和え 赤だし(里芋・油揚げ・大根葉)	御飯 厚揚げの味噌煮 ちんげん菜の塩炒め すまし汁(麩・オクラ)	御飯 鱈のムニエル タルタルソース カリフラワーのサラダ ミルクスープ(ズッキーニ・玉葱・人参)	御飯 豚肉の柳川風煮 若布の酢の物 すまし汁(白菜・オクラ)	御飯 鱈の味噌マヨ焼き 切干大根のごまサラダ すまし汁(しろ菜・大根葉)	
	エネルギー:415kcal タンパク:13.6g 脂質:7.3g カルシウム:237mg 食塩相:3.2g	エネルギー:441kcal タンパク:18.5g 脂質:12.9g カルシウム:157mg 食塩相:2.9g	エネルギー:504kcal タンパク:21.2g 脂質:14.6g カルシウム:305mg 食塩相:2.6g	エネルギー:483kcal 脂質:15.4g 食塩相:2.2g	エネルギー:463kcal タンパク:19.0g 脂質:14.2g カルシウム:132mg 食塩相:2.3g	エネルギー:481kcal 脂質:15.8g 食塩相:2.2g	
日計	エネルギー:1498kcal タンパク:50.0g 脂質:42.0g カルシウム:663mg 食塩相:7.2g	エネルギー:1452kcal タンパク:56.7g 脂質:43.3g カルシウム:758mg 食塩相:7.1g	エネルギー:1461kcal タンパク:52.5g 脂質:38.1g カルシウム:841mg 食塩相:7.0g	エネルギー:1464kcal 脂質:33.4g 食塩相:7.6g	エネルギー:1468kcal タンパク:53.1g 脂質:44.5g カルシウム:621mg 食塩相:7.2g	エネルギー:1444kcal 脂質:46.4g 食塩相:6.6g	