



5月月間献立表 (たんぱく質40g3食)



	月	火	水	木	金	土	日
					1	2	3
朝食					ふくろ茸とじゃが芋の炒め	豚肉のみそ漬焼き	ポテトコロッケ
					エネルギー 313kcal 蛋白質 9.9g 脂質 20.8g 炭水化物 21.7g ナトリウム 508mg カリウム 395mg リン 108mg 食塩 1.3g	エネルギー 305kcal 蛋白質 9.7g 脂質 14g 炭水化物 34.2g ナトリウム 731mg カリウム 443mg リン 107mg 食塩 1.8g	エネルギー 308kcal 蛋白質 10.2g 脂質 13.1g 炭水化物 37.3g ナトリウム 579mg カリウム 436mg リン 116mg 食塩 1.6g
昼食					かぼちゃコロッケ	豚肉のオイスター炒め	天ぷら盛り合わせ
					エネルギー 306kcal 蛋白質 9.8g 脂質 12.5g 炭水化物 38.7g ナトリウム 569mg カリウム 453mg リン 113mg 食塩 1.6g	エネルギー 330kcal 蛋白質 9.3g 脂質 26.8g 炭水化物 11.7g ナトリウム 510mg カリウム 320mg リン 106mg 食塩 1.2g	エネルギー 334kcal 蛋白質 9.9g 脂質 21g 炭水化物 26.9g ナトリウム 464mg カリウム 396mg リン 116mg 食塩 1.2g
夕食					肉団子の甘酢あん	天ぷら盛り合わせ	豚肉のみそ漬焼き
					エネルギー 319kcal 蛋白質 11g 脂質 21.1g 炭水化物 21.3g ナトリウム 668mg カリウム 240mg リン 97mg 食塩 1.7g	エネルギー 334kcal 蛋白質 9.9g 脂質 21g 炭水化物 26.9g ナトリウム 464mg カリウム 396mg リン 116mg 食塩 1.2g	エネルギー 305kcal 蛋白質 9.7g 脂質 14g 炭水化物 34.2g ナトリウム 731mg カリウム 443mg リン 107mg 食塩 1.8g
合計					エネルギー 938kcal 蛋白質 30.7g 脂質 54.4g 炭水化物 81.7g ナトリウム 1745mg カリウム 1088mg リン 318mg 食塩 4.6g	エネルギー 969kcal 蛋白質 28.9g 脂質 61.8g 炭水化物 72.8g ナトリウム 1705mg カリウム 1159mg リン 329mg 食塩 4.2g	エネルギー 947kcal 蛋白質 29.8g 脂質 48.1g 炭水化物 98.4g ナトリウム 1774mg カリウム 1275mg リン 339mg 食塩 4.6g
	4	5	6	7	8	9	10
朝食	天ぷら盛り合わせ	豚肉と玉子のとろとろ炒め	豚肉のみそ漬焼き	豚肉のオイスター炒め	豚の生姜焼き	ポテトコロッケ	豚肉と玉子のとろとろ炒め
	エネルギー 334kcal 蛋白質 9.9g 脂質 21g 炭水化物 26.9g ナトリウム 464mg カリウム 396mg リン 116mg 食塩 1.2g	エネルギー 304kcal 蛋白質 9.8g 脂質 15.9g 炭水化物 29.8g ナトリウム 445mg カリウム 449mg リン 145mg 食塩 1.2g	エネルギー 305kcal 蛋白質 9.7g 脂質 14g 炭水化物 34.2g ナトリウム 731mg カリウム 443mg リン 107mg 食塩 1.8g	エネルギー 330kcal 蛋白質 9.3g 脂質 26.8g 炭水化物 11.7g ナトリウム 510mg カリウム 320mg リン 106mg 食塩 1.2g	エネルギー 310kcal 蛋白質 9.7g 脂質 18.1g 炭水化物 26.4g ナトリウム 671mg カリウム 425mg リン 126mg 食塩 1.6g	エネルギー 308kcal 蛋白質 10.2g 脂質 13.1g 炭水化物 37.3g ナトリウム 579mg カリウム 436mg リン 116mg 食塩 1.6g	エネルギー 304kcal 蛋白質 9.8g 脂質 15.9g 炭水化物 29.8g ナトリウム 445mg カリウム 449mg リン 145mg 食塩 1.2g
昼食	豚肉のみそ漬焼き	天ぷら盛り合わせ	ポテトコロッケ	かぼちゃコロッケ	ふくろ茸とじゃが芋の炒め	豚肉のみそ漬焼き	肉団子の甘酢あん
	エネルギー 334kcal 蛋白質 12.9g 脂質 22.2g 炭水化物 19.5g ナトリウム 710mg カリウム 261mg リン 122mg 食塩 1.7g	エネルギー 334kcal 蛋白質 9.9g 脂質 21g 炭水化物 26.9g ナトリウム 464mg カリウム 396mg リン 116mg 食塩 1.2g	エネルギー 308kcal 蛋白質 10.2g 脂質 13.1g 炭水化物 37.3g ナトリウム 579mg カリウム 436mg リン 116mg 食塩 1.6g	エネルギー 306kcal 蛋白質 9.8g 脂質 12.5g 炭水化物 38.7g ナトリウム 569mg カリウム 453mg リン 113mg 食塩 1.6g	エネルギー 291kcal 蛋白質 12g 脂質 11.2g 炭水化物 35.1g ナトリウム 699mg カリウム 549mg リン 141mg 食塩 1.9g	エネルギー 305kcal 蛋白質 9.7g 脂質 14g 炭水化物 34.2g ナトリウム 731mg カリウム 443mg リン 107mg 食塩 1.8g	エネルギー 319kcal 蛋白質 11g 脂質 21.1g 炭水化物 21.3g ナトリウム 668mg カリウム 240mg リン 97mg 食塩 1.7g
夕食	豚肉のオイスター炒め	肉団子の甘酢あん	天ぷら盛り合わせ	豚肉のみそ漬焼き	天ぷら盛り合わせ	天ぷら盛り合わせ	豚肉のみそ漬焼き
	エネルギー 330kcal 蛋白質 9.3g 脂質 26.8g 炭水化物 11.7g ナトリウム 510mg カリウム 320mg リン 106mg 食塩 1.2g	エネルギー 319kcal 蛋白質 11g 脂質 21.1g 炭水化物 21.3g ナトリウム 668mg カリウム 240mg リン 97mg 食塩 1.7g	エネルギー 334kcal 蛋白質 9.9g 脂質 21g 炭水化物 26.9g ナトリウム 464mg カリウム 396mg リン 116mg 食塩 1.2g	エネルギー 305kcal 蛋白質 9.7g 脂質 14g 炭水化物 34.2g ナトリウム 731mg カリウム 443mg リン 107mg 食塩 1.8g	エネルギー 334kcal 蛋白質 9.9g 脂質 21g 炭水化物 26.9g ナトリウム 464mg カリウム 396mg リン 116mg 食塩 1.2g	エネルギー 334kcal 蛋白質 9.9g 脂質 21g 炭水化物 26.9g ナトリウム 464mg カリウム 396mg リン 116mg 食塩 1.2g	エネルギー 305kcal 蛋白質 9.7g 脂質 14g 炭水化物 34.2g ナトリウム 731mg カリウム 443mg リン 107mg 食塩 1.8g
合計	エネルギー 998kcal 蛋白質 32.1g 脂質 70g 炭水化物 58.1g ナトリウム 1684mg カリウム 977mg リン 344mg 食塩 4.1g	エネルギー 957kcal 蛋白質 30.7g 脂質 58g 炭水化物 78g ナトリウム 1577mg カリウム 1085mg リン 358mg 食塩 4.1g	エネルギー 947kcal 蛋白質 29.8g 脂質 48.1g 炭水化物 98.4g ナトリウム 1774mg カリウム 1275mg リン 339mg 食塩 4.6g	エネルギー 941kcal 蛋白質 28.8g 脂質 53.3g 炭水化物 84.6g ナトリウム 1810mg カリウム 1216mg リン 326mg 食塩 4.6g	エネルギー 935kcal 蛋白質 31.6g 脂質 50.3g 炭水化物 88.4g ナトリウム 1834mg カリウム 1370mg リン 383mg 食塩 4.7g	エネルギー 947kcal 蛋白質 29.8g 脂質 48.1g 炭水化物 98.4g ナトリウム 1774mg カリウム 1275mg リン 339mg 食塩 4.6g	エネルギー 928kcal 蛋白質 30.5g 脂質 51g 炭水化物 85.3g ナトリウム 1844mg カリウム 1132mg リン 349mg 食塩 4.7g

	11	12	13	14	15	16	17
朝食	ポテトコロッケ	豚肉のみそ漬焼き	ふくろ苺とじゃが芋の炒め	豚肉のみそ漬焼き	肉団子の甘酢あん	豚の生姜焼き	ふくろ苺とじゃが芋の炒め
	エネルギー 308kcal 蛋白質 10.2g 脂質 13.1g 炭水化物 37.3g ナトリウム 579mg カリウム 436mg リン 116mg 食塩 1.6g	エネルギー 305kcal 蛋白質 9.7g 脂質 14g 炭水化物 34.2g ナトリウム 731mg カリウム 443mg リン 107mg 食塩 1.8g	エネルギー 313kcal 蛋白質 9.9g 脂質 20.8g 炭水化物 21.7g ナトリウム 508mg カリウム 395mg リン 108mg 食塩 1.3g	エネルギー 305kcal 蛋白質 9.7g 脂質 14g 炭水化物 34.2g ナトリウム 731mg カリウム 443mg リン 107mg 食塩 1.8g	エネルギー 319kcal 蛋白質 11g 脂質 21.1g 炭水化物 21.3g ナトリウム 668mg カリウム 240mg リン 97mg 食塩 1.7g	エネルギー 310kcal 蛋白質 9.7g 脂質 18.1g 炭水化物 26.4g ナトリウム 671mg カリウム 425mg リン 126mg 食塩 1.6g	エネルギー 313kcal 蛋白質 9.9g 脂質 20.8g 炭水化物 21.7g ナトリウム 508mg カリウム 395mg リン 108mg 食塩 1.3g
昼食	天ぷら盛り合わせ	ポテトコロッケ	かぼちゃコロッケ	豚肉のオイスター炒め	ポテトコロッケ	ポテトコロッケ	かぼちゃコロッケ
	エネルギー 334kcal 蛋白質 9.9g 脂質 21g 炭水化物 26.9g ナトリウム 464mg カリウム 396mg リン 116mg 食塩 1.2g	エネルギー 308kcal 蛋白質 10.2g 脂質 13.1g 炭水化物 37.3g ナトリウム 579mg カリウム 436mg リン 116mg 食塩 1.6g	エネルギー 306kcal 蛋白質 9.8g 脂質 12.5g 炭水化物 38.7g ナトリウム 569mg カリウム 453mg リン 113mg 食塩 1.6g	エネルギー 330kcal 蛋白質 9.3g 脂質 26.8g 炭水化物 11.7g ナトリウム 510mg カリウム 320mg リン 106mg 食塩 1.2g	エネルギー 308kcal 蛋白質 10.2g 脂質 13.1g 炭水化物 37.3g ナトリウム 579mg カリウム 436mg リン 116mg 食塩 1.6g	エネルギー 308kcal 蛋白質 10.2g 脂質 13.1g 炭水化物 37.3g ナトリウム 579mg カリウム 436mg リン 116mg 食塩 1.6g	エネルギー 306kcal 蛋白質 9.8g 脂質 12.5g 炭水化物 38.7g ナトリウム 569mg カリウム 453mg リン 113mg 食塩 1.6g
夕食	豚肉のオイスター炒め	豚の生姜焼き	天ぷら盛り合わせ	天ぷら盛り合わせ	豚肉のみそ漬焼き	豚肉と玉子のとろとろ炒め	天ぷら盛り合わせ
	エネルギー 330kcal 蛋白質 9.3g 脂質 26.8g 炭水化物 11.7g ナトリウム 510mg カリウム 320mg リン 106mg 食塩 1.2g	エネルギー 339kcal 蛋白質 9.1g 脂質 17.1g 炭水化物 35.1g ナトリウム 596mg カリウム 470mg リン 131mg 食塩 1.6g	エネルギー 334kcal 蛋白質 9.9g 脂質 21g 炭水化物 26.9g ナトリウム 464mg カリウム 396mg リン 116mg 食塩 1.2g	エネルギー 334kcal 蛋白質 9.9g 脂質 21g 炭水化物 26.9g ナトリウム 464mg カリウム 396mg リン 116mg 食塩 1.2g	エネルギー 305kcal 蛋白質 9.7g 脂質 14g 炭水化物 34.2g ナトリウム 731mg カリウム 443mg リン 107mg 食塩 1.8g	エネルギー 304kcal 蛋白質 9.8g 脂質 15.9g 炭水化物 29.8g ナトリウム 445mg カリウム 449mg リン 145mg 食塩 1.2g	エネルギー 334kcal 蛋白質 9.9g 脂質 21g 炭水化物 26.9g ナトリウム 464mg カリウム 396mg リン 116mg 食塩 1.2g
合計	エネルギー 972kcal 蛋白質 29.4g 脂質 60.9g 炭水化物 75.9g ナトリウム 1553mg カリウム 1152mg リン 338mg 食塩 4g	エネルギー 952kcal 蛋白質 29g 脂質 44.2g 炭水化物 106.6g ナトリウム 1906mg カリウム 1349mg リン 354mg 食塩 5g	エネルギー 953kcal 蛋白質 29.6g 脂質 54.3g 炭水化物 87.3g ナトリウム 1541mg カリウム 1244mg リン 337mg 食塩 4.1g	エネルギー 969kcal 蛋白質 28.9g 脂質 61.8g 炭水化物 72.8g ナトリウム 1705mg カリウム 1159mg リン 329mg 食塩 4.2g	エネルギー 932kcal 蛋白質 30.9g 脂質 48.2g 炭水化物 92.8g ナトリウム 1978mg カリウム 1119mg リン 320mg 食塩 5.1g	エネルギー 922kcal 蛋白質 29.7g 脂質 47.1g 炭水化物 93.5g ナトリウム 1695mg カリウム 1310mg リン 387mg 食塩 4.4g	エネルギー 953kcal 蛋白質 29.6g 脂質 54.3g 炭水化物 87.3g ナトリウム 1541mg カリウム 1244mg リン 337mg 食塩 4.1g
	18	19	20	21	22	23	24
朝食	豚肉のみそ漬焼き	天ぷら盛り合わせ	豚の生姜焼き	ふくろ苺とじゃが芋の炒め	豚肉のみそ漬焼き	ポテトコロッケ	豚の生姜焼き
	エネルギー 305kcal 蛋白質 9.7g 脂質 14g 炭水化物 34.2g ナトリウム 731mg カリウム 443mg リン 107mg 食塩 1.8g	エネルギー 334kcal 蛋白質 9.9g 脂質 21g 炭水化物 26.9g ナトリウム 464mg カリウム 396mg リン 116mg 食塩 1.2g	エネルギー 310kcal 蛋白質 9.7g 脂質 18.1g 炭水化物 26.4g ナトリウム 671mg カリウム 425mg リン 126mg 食塩 1.6g	エネルギー 313kcal 蛋白質 9.9g 脂質 20.8g 炭水化物 21.7g ナトリウム 508mg カリウム 395mg リン 108mg 食塩 1.3g	エネルギー 305kcal 蛋白質 9.7g 脂質 14g 炭水化物 34.2g ナトリウム 731mg カリウム 443mg リン 107mg 食塩 1.8g	エネルギー 308kcal 蛋白質 10.2g 脂質 13.1g 炭水化物 37.3g ナトリウム 579mg カリウム 436mg リン 116mg 食塩 1.6g	エネルギー 310kcal 蛋白質 9.7g 脂質 18.1g 炭水化物 26.4g ナトリウム 671mg カリウム 425mg リン 126mg 食塩 1.6g
昼食	豚肉のオイスター炒め	肉団子の甘酢あん	ポテトコロッケ	かぼちゃコロッケ	豚肉のオイスター炒め	天ぷら盛り合わせ	ポテトコロッケ
	エネルギー 330kcal 蛋白質 9.3g 脂質 26.8g 炭水化物 11.7g ナトリウム 510mg カリウム 320mg リン 106mg 食塩 1.2g	エネルギー 319kcal 蛋白質 11g 脂質 21.1g 炭水化物 21.3g ナトリウム 668mg カリウム 240mg リン 97mg 食塩 1.7g	エネルギー 308kcal 蛋白質 10.2g 脂質 13.1g 炭水化物 37.3g ナトリウム 579mg カリウム 436mg リン 116mg 食塩 1.6g	エネルギー 306kcal 蛋白質 9.8g 脂質 12.5g 炭水化物 38.7g ナトリウム 569mg カリウム 453mg リン 113mg 食塩 1.6g	エネルギー 330kcal 蛋白質 9.3g 脂質 26.8g 炭水化物 11.7g ナトリウム 510mg カリウム 320mg リン 106mg 食塩 1.2g	エネルギー 334kcal 蛋白質 9.9g 脂質 21g 炭水化物 26.9g ナトリウム 464mg カリウム 396mg リン 116mg 食塩 1.2g	エネルギー 308kcal 蛋白質 10.2g 脂質 13.1g 炭水化物 37.3g ナトリウム 579mg カリウム 436mg リン 116mg 食塩 1.6g
夕食	天ぷら盛り合わせ	豚肉のみそ漬焼き	豚肉と玉子のとろとろ炒め	天ぷら盛り合わせ	天ぷら盛り合わせ	豚肉のみそ漬焼き	豚肉と玉子のとろとろ炒め
	エネルギー 334kcal 蛋白質 9.9g 脂質 21g 炭水化物 26.9g ナトリウム 464mg カリウム 396mg リン 116mg 食塩 1.2g	エネルギー 305kcal 蛋白質 9.7g 脂質 14g 炭水化物 34.2g ナトリウム 731mg カリウム 443mg リン 107mg 食塩 1.8g	エネルギー 304kcal 蛋白質 9.8g 脂質 15.9g 炭水化物 29.8g ナトリウム 445mg カリウム 449mg リン 145mg 食塩 1.2g	エネルギー 334kcal 蛋白質 9.9g 脂質 21g 炭水化物 26.9g ナトリウム 464mg カリウム 396mg リン 116mg 食塩 1.2g	エネルギー 334kcal 蛋白質 9.9g 脂質 21g 炭水化物 26.9g ナトリウム 464mg カリウム 396mg リン 116mg 食塩 1.2g	エネルギー 305kcal 蛋白質 9.7g 脂質 14g 炭水化物 34.2g ナトリウム 731mg カリウム 443mg リン 107mg 食塩 1.8g	エネルギー 304kcal 蛋白質 9.8g 脂質 15.9g 炭水化物 29.8g ナトリウム 445mg カリウム 449mg リン 145mg 食塩 1.2g
合計	エネルギー 969kcal 蛋白質 28.9g 脂質 61.8g 炭水化物 72.8g ナトリウム 1705mg カリウム 1159mg リン 329mg 食塩 4.2g	エネルギー 958kcal 蛋白質 30.6g 脂質 56.1g 炭水化物 82.4g ナトリウム 1863mg カリウム 1079mg リン 320mg 食塩 4.7g	エネルギー 922kcal 蛋白質 29.7g 脂質 47.1g 炭水化物 93.5g ナトリウム 1695mg カリウム 1310mg リン 387mg 食塩 4.4g	エネルギー 953kcal 蛋白質 29.6g 脂質 54.3g 炭水化物 87.3g ナトリウム 1541mg カリウム 1244mg リン 337mg 食塩 4.1g	エネルギー 969kcal 蛋白質 28.9g 脂質 61.8g 炭水化物 72.8g ナトリウム 1705mg カリウム 1159mg リン 329mg 食塩 4.2g	エネルギー 947kcal 蛋白質 29.8g 脂質 48.1g 炭水化物 98.4g ナトリウム 1774mg カリウム 1275mg リン 339mg 食塩 4.6g	エネルギー 922kcal 蛋白質 29.7g 脂質 47.1g 炭水化物 93.5g ナトリウム 1695mg カリウム 1310mg リン 387mg 食塩 4.4g

	25	26	27	28	29	30	31
朝食	ふくろ苧とじゃが芋の炒め	豚肉のみそ漬焼き	ポテトコロッケ	豚の生姜焼き	ふくろ苧とじゃが芋の炒め	豚肉のみそ漬焼き	ポテトコロッケ
	エネルギー 313kcal 蛋白質 9.9g 脂質 20.8g 炭水化物 21.7g ナトリウム 508mg カリウム 395mg リン 108mg 食塩 1.3g	エネルギー 305kcal 蛋白質 9.7g 脂質 14g 炭水化物 34.2g ナトリウム 731mg カリウム 443mg リン 107mg 食塩 1.8g	エネルギー 308kcal 蛋白質 10.2g 脂質 13.1g 炭水化物 37.3g ナトリウム 579mg カリウム 436mg リン 116mg 食塩 1.6g	エネルギー 310kcal 蛋白質 9.7g 脂質 18.1g 炭水化物 26.4g ナトリウム 671mg カリウム 425mg リン 126mg 食塩 1.6g	エネルギー 313kcal 蛋白質 9.9g 脂質 20.8g 炭水化物 21.7g ナトリウム 508mg カリウム 395mg リン 108mg 食塩 1.3g	エネルギー 305kcal 蛋白質 9.7g 脂質 14g 炭水化物 34.2g ナトリウム 731mg カリウム 443mg リン 107mg 食塩 1.8g	エネルギー 308kcal 蛋白質 10.2g 脂質 13.1g 炭水化物 37.3g ナトリウム 579mg カリウム 436mg リン 116mg 食塩 1.6g
昼食	かぼちゃコロッケ	豚肉のオイスター炒め	天ぷら盛り合わせ	ポテトコロッケ	かぼちゃコロッケ	豚肉のオイスター炒め	天ぷら盛り合わせ
	エネルギー 306kcal 蛋白質 9.8g 脂質 12.5g 炭水化物 38.7g ナトリウム 569mg カリウム 453mg リン 113mg 食塩 1.6g	エネルギー 330kcal 蛋白質 9.3g 脂質 26.8g 炭水化物 11.7g ナトリウム 510mg カリウム 320mg リン 106mg 食塩 1.2g	エネルギー 334kcal 蛋白質 9.9g 脂質 21g 炭水化物 26.9g ナトリウム 464mg カリウム 396mg リン 116mg 食塩 1.2g	エネルギー 308kcal 蛋白質 10.2g 脂質 13.1g 炭水化物 37.3g ナトリウム 579mg カリウム 436mg リン 116mg 食塩 1.6g	エネルギー 306kcal 蛋白質 9.8g 脂質 12.5g 炭水化物 38.7g ナトリウム 569mg カリウム 453mg リン 113mg 食塩 1.6g	エネルギー 330kcal 蛋白質 9.3g 脂質 26.8g 炭水化物 11.7g ナトリウム 510mg カリウム 320mg リン 106mg 食塩 1.2g	エネルギー 334kcal 蛋白質 9.9g 脂質 21g 炭水化物 26.9g ナトリウム 464mg カリウム 396mg リン 116mg 食塩 1.2g
夕食	天ぷら盛り合わせ	天ぷら盛り合わせ	豚肉のみそ漬焼き	豚肉と玉子のとろとろ炒め	肉団子の甘酢あん	天ぷら盛り合わせ	豚肉のみそ漬焼き
	エネルギー 334kcal 蛋白質 9.9g 脂質 21g 炭水化物 26.9g ナトリウム 464mg カリウム 396mg リン 116mg 食塩 1.2g	エネルギー 334kcal 蛋白質 9.9g 脂質 21g 炭水化物 26.9g ナトリウム 464mg カリウム 396mg リン 116mg 食塩 1.2g	エネルギー 305kcal 蛋白質 9.7g 脂質 14g 炭水化物 34.2g ナトリウム 731mg カリウム 443mg リン 107mg 食塩 1.8g	エネルギー 304kcal 蛋白質 9.8g 脂質 15.9g 炭水化物 29.8g ナトリウム 445mg カリウム 449mg リン 145mg 食塩 1.2g	エネルギー 319kcal 蛋白質 11g 脂質 21.1g 炭水化物 21.3g ナトリウム 668mg カリウム 240mg リン 97mg 食塩 1.7g	エネルギー 334kcal 蛋白質 9.9g 脂質 21g 炭水化物 26.9g ナトリウム 464mg カリウム 396mg リン 116mg 食塩 1.2g	エネルギー 305kcal 蛋白質 9.7g 脂質 14g 炭水化物 34.2g ナトリウム 731mg カリウム 443mg リン 107mg 食塩 1.8g
合計	エネルギー 953kcal 蛋白質 29.6g 脂質 54.3g 炭水化物 87.3g ナトリウム 1541mg カリウム 1244mg リン 337mg 食塩 4.1g	エネルギー 969kcal 蛋白質 28.9g 脂質 61.8g 炭水化物 72.8g ナトリウム 1705mg カリウム 1159mg リン 329mg 食塩 4.2g	エネルギー 947kcal 蛋白質 29.8g 脂質 48.1g 炭水化物 98.4g ナトリウム 1774mg カリウム 1275mg リン 339mg 食塩 4.6g	エネルギー 922kcal 蛋白質 29.7g 脂質 47.1g 炭水化物 93.5g ナトリウム 1695mg カリウム 1310mg リン 387mg 食塩 4.4g	エネルギー 938kcal 蛋白質 30.7g 脂質 54.4g 炭水化物 81.7g ナトリウム 1745mg カリウム 1088mg リン 318mg 食塩 4.6g	エネルギー 969kcal 蛋白質 28.9g 脂質 61.8g 炭水化物 72.8g ナトリウム 1705mg カリウム 1159mg リン 329mg 食塩 4.2g	エネルギー 947kcal 蛋白質 29.8g 脂質 48.1g 炭水化物 98.4g ナトリウム 1774mg カリウム 1275mg リン 339mg 食塩 4.6g