

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日																																																																																																																							
	4月8日(金)利用者さんリクエストメニュー テーマ「お花見弁当」	4月19日(火) ご当地リレーメニュー 「福島県」			1	2																																																																																																																							
お昼ごはん	<p>山菜ご飯 鯖の西京焼き 鶏の唐揚げ 菜の花 めた和え 卵焼き 漬物 いちご牛乳寒天</p>  <p>お弁当箱に 詰めて提供します</p>		<p>福島県</p> <p>☆ソースかつ丼 ☆なすの田楽 ☆いかにんじん ☆ざくざく</p> 		<p>ご飯 味噌汁 木綿豆腐、大根、京ねぎ、人参</p> <p>鯖のカレーしょうゆ焼き 添え野菜 さば、コーン、トマト</p> <p>ごぼうサラダ ごぼう、大根、枝豆、かにかま</p>	お休み																																																																																																																							
	成分					<table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>736</td><td>Kcal</td><td>エネルギー</td><td></td><td>Kcal</td></tr> <tr><td>水分</td><td>258</td><td>g</td><td>水分</td><td></td><td>g</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td>34.1</td><td>g</td><td>たんぱく質</td><td></td><td>g</td></tr> <tr><td>食塩相当量</td><td>3.1</td><td>g</td><td>食塩相当量</td><td></td><td>g</td></tr> </table>	エネルギー	736	Kcal	エネルギー		Kcal	水分	258	g	水分		g	たんぱく質	34.1	g	たんぱく質		g	食塩相当量	3.1	g	食塩相当量		g																																																																																															
エネルギー	736	Kcal	エネルギー		Kcal																																																																																																																								
水分	258	g	水分		g																																																																																																																								
たんぱく質	34.1	g	たんぱく質		g																																																																																																																								
食塩相当量	3.1	g	食塩相当量		g																																																																																																																								
お昼ごはん	4	5	6	7	8	9																																																																																																																							
	<p>ご飯 玉子スープ 卵、京ねぎ、白ごま</p> <p>麻婆豆腐 合挽肉、木綿豆腐、筍、 しいたけ、にんにく、生姜、ねぎ</p> <p>春雨の酢の物 りんご 春雨、ハム、きゅうり、かいわれ、きくらげ</p>	<p>ご飯</p> <p>さけの菜種焼き 温野菜 さけ、カリフラワー、アスパラガス</p> <p>春キャベツの 粒マスタードサラダ 春キャベツ、ハム、黄ピーマン、 かいわれ、新玉ねぎ</p>	<p>照り焼きチキンバーガー コーンマヨパン 鶏肉、サニーレタス、コーン</p> <p>春野菜のキッシュ 新玉ねぎ、アスパラ、新じゃが芋、ベーコン、 牛乳、チーズ、卵、ブロッコリー</p> <p>ミルクココア キウイフルーツ ココア、牛乳</p>	<p>ご飯</p> <p>豚肉の塩麴焼き 生野菜 豚肉、キャベツ、人参、青ピーマン</p> <p>切干大根 切干大根、人参、しいたけ、 生揚げ、グリーンピース</p>	<p>お花見 リクエストメニュー</p>	お休み																																																																																																																							
成分	<table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>730</td><td>Kcal</td><td>エネルギー</td><td>745</td><td>Kcal</td></tr> <tr><td>水分</td><td>370</td><td>g</td><td>水分</td><td>286</td><td>g</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td>34.7</td><td>g</td><td>たんぱく質</td><td>37.3</td><td>g</td></tr> <tr><td>食塩相当量</td><td>2.6</td><td>g</td><td>食塩相当量</td><td>2.6</td><td>g</td></tr> </table>	エネルギー	730	Kcal	エネルギー	745	Kcal	水分	370	g	水分	286	g	たんぱく質	34.7	g	たんぱく質	37.3	g	食塩相当量	2.6	g	食塩相当量	2.6	g	<table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>745</td><td>Kcal</td><td>エネルギー</td><td>685</td><td>Kcal</td></tr> <tr><td>水分</td><td>286</td><td>g</td><td>水分</td><td>239</td><td>g</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td>37.3</td><td>g</td><td>たんぱく質</td><td>40.9</td><td>g</td></tr> <tr><td>食塩相当量</td><td>2.6</td><td>g</td><td>食塩相当量</td><td>3.4</td><td>g</td></tr> </table>	エネルギー	745	Kcal	エネルギー	685	Kcal	水分	286	g	水分	239	g	たんぱく質	37.3	g	たんぱく質	40.9	g	食塩相当量	2.6	g	食塩相当量	3.4	g	<table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>685</td><td>Kcal</td><td>エネルギー</td><td>683</td><td>Kcal</td></tr> <tr><td>水分</td><td>239</td><td>g</td><td>水分</td><td>177</td><td>g</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td>40.9</td><td>g</td><td>たんぱく質</td><td>33.6</td><td>g</td></tr> <tr><td>食塩相当量</td><td>3.4</td><td>g</td><td>食塩相当量</td><td>2.0</td><td>g</td></tr> </table>	エネルギー	685	Kcal	エネルギー	683	Kcal	水分	239	g	水分	177	g	たんぱく質	40.9	g	たんぱく質	33.6	g	食塩相当量	3.4	g	食塩相当量	2.0	g	<table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>707</td><td>Kcal</td><td>エネルギー</td><td>707</td><td>Kcal</td></tr> <tr><td>水分</td><td>258</td><td>g</td><td>水分</td><td>258</td><td>g</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td>36.8</td><td>g</td><td>たんぱく質</td><td>36.8</td><td>g</td></tr> <tr><td>食塩相当量</td><td>3.2</td><td>g</td><td>食塩相当量</td><td>3.2</td><td>g</td></tr> </table>	エネルギー	707	Kcal	エネルギー	707	Kcal	水分	258	g	水分	258	g	たんぱく質	36.8	g	たんぱく質	36.8	g	食塩相当量	3.2	g	食塩相当量	3.2	g	<table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td></td><td>Kcal</td><td>エネルギー</td><td></td><td>Kcal</td></tr> <tr><td>水分</td><td></td><td>g</td><td>水分</td><td></td><td>g</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td></td><td>g</td><td>たんぱく質</td><td></td><td>g</td></tr> <tr><td>食塩相当量</td><td></td><td>g</td><td>食塩相当量</td><td></td><td>g</td></tr> </table>	エネルギー		Kcal	エネルギー		Kcal	水分		g	水分		g	たんぱく質		g	たんぱく質		g	食塩相当量		g	食塩相当量		g
エネルギー	730	Kcal	エネルギー	745	Kcal																																																																																																																								
水分	370	g	水分	286	g																																																																																																																								
たんぱく質	34.7	g	たんぱく質	37.3	g																																																																																																																								
食塩相当量	2.6	g	食塩相当量	2.6	g																																																																																																																								
エネルギー	745	Kcal	エネルギー	685	Kcal																																																																																																																								
水分	286	g	水分	239	g																																																																																																																								
たんぱく質	37.3	g	たんぱく質	40.9	g																																																																																																																								
食塩相当量	2.6	g	食塩相当量	3.4	g																																																																																																																								
エネルギー	685	Kcal	エネルギー	683	Kcal																																																																																																																								
水分	239	g	水分	177	g																																																																																																																								
たんぱく質	40.9	g	たんぱく質	33.6	g																																																																																																																								
食塩相当量	3.4	g	食塩相当量	2.0	g																																																																																																																								
エネルギー	707	Kcal	エネルギー	707	Kcal																																																																																																																								
水分	258	g	水分	258	g																																																																																																																								
たんぱく質	36.8	g	たんぱく質	36.8	g																																																																																																																								
食塩相当量	3.2	g	食塩相当量	3.2	g																																																																																																																								
エネルギー		Kcal	エネルギー		Kcal																																																																																																																								
水分		g	水分		g																																																																																																																								
たんぱく質		g	たんぱく質		g																																																																																																																								
食塩相当量		g	食塩相当量		g																																																																																																																								
お昼ごはん	11	12	13	14	15	16																																																																																																																							
	<p>ひじきご飯 にゅう麺 ひじき、人参、生揚げ、 そうめん、しいたけ、かまぼこ、ねぎ</p> <p>筑前煮 鶏肉、人参、れんこん、筍、里芋、いんげん</p> <p>ゆずの酢の物 ゆず、もやし、わかめ、しめじ</p>	<p>しらす丼 豚汁 しらす、わかめ、豚肉、里芋、ごぼう、 人参、大根、絹ごし豆腐、みつば</p> <p>ブロッコリーの からし和え ブロッコリー、大豆、かにかま</p> <p>ヤクルト</p>	<p>ご飯 手作り牛乳ゼリー 牛乳、レモン</p> <p>鶏チリ 添え野菜 鶏肉、新玉ねぎ、京ねぎ、生姜、にんにく、 サニーレタス</p> <p>もやしのナムル もやし、ハム、きゅうり、きくらげ、白ごま</p>	<p>ゆかりおにぎり ゆかり</p> <p>しょうゆラーメン 中華麺、焼き豚、卵、わかめ、もやし、ねぎ</p> <p>蒸し餃子 ほうれん草のお浸し ほうれん草、もやし、しめじ、白ごま</p>	<p>ご飯</p> <p>エビフライとハンバーグ 温野菜 エビフライ、ハンバーグ、 新じゃがいんげん</p> <p>れんこんサラダ れんこん、大根、かにかま、かいわれ</p>	お休み																																																																																																																							
成分	<table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>687</td><td>Kcal</td><td>エネルギー</td><td>631</td><td>Kcal</td></tr> <tr><td>水分</td><td>318</td><td>g</td><td>水分</td><td>298</td><td>g</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td>33.4</td><td>g</td><td>たんぱく質</td><td>35.3</td><td>g</td></tr> <tr><td>食塩相当量</td><td>4.1</td><td>g</td><td>食塩相当量</td><td>3.9</td><td>g</td></tr> </table>	エネルギー	687	Kcal	エネルギー	631	Kcal	水分	318	g	水分	298	g	たんぱく質	33.4	g	たんぱく質	35.3	g	食塩相当量	4.1	g	食塩相当量	3.9	g	<table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>631</td><td>Kcal</td><td>エネルギー</td><td>663</td><td>Kcal</td></tr> <tr><td>水分</td><td>298</td><td>g</td><td>水分</td><td>333</td><td>g</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td>35.3</td><td>g</td><td>たんぱく質</td><td>42.9</td><td>g</td></tr> <tr><td>食塩相当量</td><td>3.9</td><td>g</td><td>食塩相当量</td><td>3.2</td><td>g</td></tr> </table>	エネルギー	631	Kcal	エネルギー	663	Kcal	水分	298	g	水分	333	g	たんぱく質	35.3	g	たんぱく質	42.9	g	食塩相当量	3.9	g	食塩相当量	3.2	g	<table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>663</td><td>Kcal</td><td>エネルギー</td><td>667</td><td>Kcal</td></tr> <tr><td>水分</td><td>333</td><td>g</td><td>水分</td><td>337</td><td>g</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td>42.9</td><td>g</td><td>たんぱく質</td><td>26.5</td><td>g</td></tr> <tr><td>食塩相当量</td><td>3.2</td><td>g</td><td>食塩相当量</td><td>3.2</td><td>g</td></tr> </table>	エネルギー	663	Kcal	エネルギー	667	Kcal	水分	333	g	水分	337	g	たんぱく質	42.9	g	たんぱく質	26.5	g	食塩相当量	3.2	g	食塩相当量	3.2	g	<table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>745</td><td>Kcal</td><td>エネルギー</td><td>745</td><td>Kcal</td></tr> <tr><td>水分</td><td>253</td><td>g</td><td>水分</td><td>253</td><td>g</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td>24.2</td><td>g</td><td>たんぱく質</td><td>24.2</td><td>g</td></tr> <tr><td>食塩相当量</td><td>3.4</td><td>g</td><td>食塩相当量</td><td>3.4</td><td>g</td></tr> </table>	エネルギー	745	Kcal	エネルギー	745	Kcal	水分	253	g	水分	253	g	たんぱく質	24.2	g	たんぱく質	24.2	g	食塩相当量	3.4	g	食塩相当量	3.4	g	<table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td></td><td>Kcal</td><td>エネルギー</td><td></td><td>Kcal</td></tr> <tr><td>水分</td><td></td><td>g</td><td>水分</td><td></td><td>g</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td></td><td>g</td><td>たんぱく質</td><td></td><td>g</td></tr> <tr><td>食塩相当量</td><td></td><td>g</td><td>食塩相当量</td><td></td><td>g</td></tr> </table>	エネルギー		Kcal	エネルギー		Kcal	水分		g	水分		g	たんぱく質		g	たんぱく質		g	食塩相当量		g	食塩相当量		g
エネルギー	687	Kcal	エネルギー	631	Kcal																																																																																																																								
水分	318	g	水分	298	g																																																																																																																								
たんぱく質	33.4	g	たんぱく質	35.3	g																																																																																																																								
食塩相当量	4.1	g	食塩相当量	3.9	g																																																																																																																								
エネルギー	631	Kcal	エネルギー	663	Kcal																																																																																																																								
水分	298	g	水分	333	g																																																																																																																								
たんぱく質	35.3	g	たんぱく質	42.9	g																																																																																																																								
食塩相当量	3.9	g	食塩相当量	3.2	g																																																																																																																								
エネルギー	663	Kcal	エネルギー	667	Kcal																																																																																																																								
水分	333	g	水分	337	g																																																																																																																								
たんぱく質	42.9	g	たんぱく質	26.5	g																																																																																																																								
食塩相当量	3.2	g	食塩相当量	3.2	g																																																																																																																								
エネルギー	745	Kcal	エネルギー	745	Kcal																																																																																																																								
水分	253	g	水分	253	g																																																																																																																								
たんぱく質	24.2	g	たんぱく質	24.2	g																																																																																																																								
食塩相当量	3.4	g	食塩相当量	3.4	g																																																																																																																								
エネルギー		Kcal	エネルギー		Kcal																																																																																																																								
水分		g	水分		g																																																																																																																								
たんぱく質		g	たんぱく質		g																																																																																																																								
食塩相当量		g	食塩相当量		g																																																																																																																								
お昼ごはん	18	19	20	21	22	23																																																																																																																							
	<p>ご飯 バナナ</p> <p>豆腐ハンバーグ 添え野菜 木綿豆腐、鶏ミンチ、卵、生姜、京ねぎ、 人参、玉ねぎ、筍、しいたけ、ブロッコリー</p> <p>小松菜の納豆和え 小松菜、納豆</p>	<p>ご当地リレーメニュー</p>	<p>ご飯</p> <p>豚肉の生姜焼き 生野菜 豚肉、生姜、玉ねぎ、もやし、青ピーマン、 キャベツ、新玉ねぎ、トマト</p> <p>長いも短冊 長芋、きゅうり、のり</p>	<p>ご飯</p> <p>エビマヨ 添え野菜 エビ、ヨーグルト、レモン、 サニーレタス</p> <p>三色和え 春雨、ハム、きゅうり、卵</p>	<p>ご飯 コーヒーゼリー コーヒー、生クリーム、パイナップル</p> <p>鯖のちゃんちゃん焼き さわら、にんにく、春キャベツ、新玉ねぎ、 もやし、赤ピーマン、しめじ、ニラ</p> <p>きんぴらごぼう 鶏肉、ごぼう、人参、こんにゃく、ねぎ、白ごま</p>	お休み																																																																																																																							
成分	<table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>650</td><td>Kcal</td><td>エネルギー</td><td>726</td><td>Kcal</td></tr> <tr><td>水分</td><td>367</td><td>g</td><td>水分</td><td>250</td><td>g</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td>32.0</td><td>g</td><td>たんぱく質</td><td>32.7</td><td>g</td></tr> <tr><td>食塩相当量</td><td>2.9</td><td>g</td><td>食塩相当量</td><td>3.8</td><td>g</td></tr> </table>	エネルギー	650	Kcal	エネルギー	726	Kcal	水分	367	g	水分	250	g	たんぱく質	32.0	g	たんぱく質	32.7	g	食塩相当量	2.9	g	食塩相当量	3.8	g	<table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>726</td><td>Kcal</td><td>エネルギー</td><td>651</td><td>Kcal</td></tr> <tr><td>水分</td><td>250</td><td>g</td><td>水分</td><td>357</td><td>g</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td>32.7</td><td>g</td><td>たんぱく質</td><td>31.8</td><td>g</td></tr> <tr><td>食塩相当量</td><td>3.8</td><td>g</td><td>食塩相当量</td><td>3.1</td><td>g</td></tr> </table>	エネルギー	726	Kcal	エネルギー	651	Kcal	水分	250	g	水分	357	g	たんぱく質	32.7	g	たんぱく質	31.8	g	食塩相当量	3.8	g	食塩相当量	3.1	g	<table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>651</td><td>Kcal</td><td>エネルギー</td><td>708</td><td>Kcal</td></tr> <tr><td>水分</td><td>357</td><td>g</td><td>水分</td><td>181</td><td>g</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td>31.8</td><td>g</td><td>たんぱく質</td><td>22.3</td><td>g</td></tr> <tr><td>食塩相当量</td><td>3.1</td><td>g</td><td>食塩相当量</td><td>2.4</td><td>g</td></tr> </table>	エネルギー	651	Kcal	エネルギー	708	Kcal	水分	357	g	水分	181	g	たんぱく質	31.8	g	たんぱく質	22.3	g	食塩相当量	3.1	g	食塩相当量	2.4	g	<table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>666</td><td>Kcal</td><td>エネルギー</td><td>666</td><td>Kcal</td></tr> <tr><td>水分</td><td>333</td><td>g</td><td>水分</td><td>333</td><td>g</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td>33.2</td><td>g</td><td>たんぱく質</td><td>33.2</td><td>g</td></tr> <tr><td>食塩相当量</td><td>2.2</td><td>g</td><td>食塩相当量</td><td>2.2</td><td>g</td></tr> </table>	エネルギー	666	Kcal	エネルギー	666	Kcal	水分	333	g	水分	333	g	たんぱく質	33.2	g	たんぱく質	33.2	g	食塩相当量	2.2	g	食塩相当量	2.2	g	<table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td></td><td>Kcal</td><td>エネルギー</td><td></td><td>Kcal</td></tr> <tr><td>水分</td><td></td><td>g</td><td>水分</td><td></td><td>g</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td></td><td>g</td><td>たんぱく質</td><td></td><td>g</td></tr> <tr><td>食塩相当量</td><td></td><td>g</td><td>食塩相当量</td><td></td><td>g</td></tr> </table>	エネルギー		Kcal	エネルギー		Kcal	水分		g	水分		g	たんぱく質		g	たんぱく質		g	食塩相当量		g	食塩相当量		g
エネルギー	650	Kcal	エネルギー	726	Kcal																																																																																																																								
水分	367	g	水分	250	g																																																																																																																								
たんぱく質	32.0	g	たんぱく質	32.7	g																																																																																																																								
食塩相当量	2.9	g	食塩相当量	3.8	g																																																																																																																								
エネルギー	726	Kcal	エネルギー	651	Kcal																																																																																																																								
水分	250	g	水分	357	g																																																																																																																								
たんぱく質	32.7	g	たんぱく質	31.8	g																																																																																																																								
食塩相当量	3.8	g	食塩相当量	3.1	g																																																																																																																								
エネルギー	651	Kcal	エネルギー	708	Kcal																																																																																																																								
水分	357	g	水分	181	g																																																																																																																								
たんぱく質	31.8	g	たんぱく質	22.3	g																																																																																																																								
食塩相当量	3.1	g	食塩相当量	2.4	g																																																																																																																								
エネルギー	666	Kcal	エネルギー	666	Kcal																																																																																																																								
水分	333	g	水分	333	g																																																																																																																								
たんぱく質	33.2	g	たんぱく質	33.2	g																																																																																																																								
食塩相当量	2.2	g	食塩相当量	2.2	g																																																																																																																								
エネルギー		Kcal	エネルギー		Kcal																																																																																																																								
水分		g	水分		g																																																																																																																								
たんぱく質		g	たんぱく質		g																																																																																																																								
食塩相当量		g	食塩相当量		g																																																																																																																								
お昼ごはん	25	26	27	28	29	30																																																																																																																							
	<p>あんかけうどん うどん、豚肉、卵、玉ねぎ、 白菜、しいたけ、ねぎ</p> <p>ちくわの磯辺和え 添え野菜 ちくわ、卵、牛乳、青のり、ブロッコリー</p> <p>プリン</p>	<p>焼きチキンカレー 鶏肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参、 グリーンピース、らっきょう、福神漬</p> <p>和風サラダ 大根、人参、きゅうり、 かいわれ、レタス、白ごま</p> <p>牛乳 りんご</p>	<p>たまごサンド チョコフラワー 卵</p> <p>ポークビーンズ 豚肉、大豆、じゃが芋、玉ねぎ、 人参、グリーンピース</p> <p>コーヒー バナナ</p>	<p>ご飯</p> <p>チキンカツ 温野菜 鶏肉、卵、 ほうれん草、人参、もやし</p> <p>春キャベツの梅肉和え 春キャベツ、大根、白ごま</p>	<p>ご飯</p> <p>鮭の塩焼き 大根おろし さけ、大根</p> <p>五目煮豆 フルーツヨーグルト 鶏肉、大豆、人参、こんにゃく、ごぼう、昆布、 みかん、桃、パイナップル、レモン、飲むヨーグルト</p>	<p>ご飯 コンソメスープ キャベツ、玉ねぎ、人参、パセリ</p> <p>鶏肉の香草焼き 焼き野菜 鶏肉、プチトマト、赤ピーマン、黄ピーマン</p> <p>ポテトグラタン じゃが芋、ベーコン、玉ねぎ、 牛乳、チーズ、パセリ</p>																																																																																																																							
成分	<table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>727</td><td>Kcal</td><td>エネルギー</td><td>726</td><td>Kcal</td></tr> <tr><td>水分</td><td>428</td><td>g</td><td>水分</td><td>312</td><td>g</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td>30.0</td><td>g</td><td>たんぱく質</td><td>24.3</td><td>g</td></tr> <tr><td>食塩相当量</td><td>3.0</td><td>g</td><td>食塩相当量</td><td>3.8</td><td>g</td></tr> </table>	エネルギー	727	Kcal	エネルギー	726	Kcal	水分	428	g	水分	312	g	たんぱく質	30.0	g	たんぱく質	24.3	g	食塩相当量	3.0	g	食塩相当量	3.8	g	<table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>726</td><td>Kcal</td><td>エネルギー</td><td>652</td><td>Kcal</td></tr> <tr><td>水分</td><td>312</td><td>g</td><td>水分</td><td>244</td><td>g</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td>24.3</td><td>g</td><td>たんぱく質</td><td>24.6</td><td>g</td></tr> <tr><td>食塩相当量</td><td>3.8</td><td>g</td><td>食塩相当量</td><td>3.0</td><td>g</td></tr> </table>	エネルギー	726	Kcal	エネルギー	652	Kcal	水分	312	g	水分	244	g	たんぱく質	24.3	g	たんぱく質	24.6	g	食塩相当量	3.8	g	食塩相当量	3.0	g	<table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>652</td><td>Kcal</td><td>エネルギー</td><td>735</td><td>Kcal</td></tr> <tr><td>水分</td><td>244</td><td>g</td><td>水分</td><td>236</td><td>g</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td>24.6</td><td>g</td><td>たんぱく質</td><td>28.9</td><td>g</td></tr> <tr><td>食塩相当量</td><td>3.0</td><td>g</td><td>食塩相当量</td><td>2.1</td><td>g</td></tr> </table>	エネルギー	652	Kcal	エネルギー	735	Kcal	水分	244	g	水分	236	g	たんぱく質	24.6	g	たんぱく質	28.9	g	食塩相当量	3.0	g	食塩相当量	2.1	g	<table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>589</td><td>Kcal</td><td>エネルギー</td><td>589</td><td>Kcal</td></tr> <tr><td>水分</td><td>283</td><td>g</td><td>水分</td><td>283</td><td>g</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td>41.8</td><td>g</td><td>たんぱく質</td><td>41.8</td><td>g</td></tr> <tr><td>食塩相当量</td><td>2.0</td><td>g</td><td>食塩相当量</td><td>2.0</td><td>g</td></tr> </table>	エネルギー	589	Kcal	エネルギー	589	Kcal	水分	283	g	水分	283	g	たんぱく質	41.8	g	たんぱく質	41.8	g	食塩相当量	2.0	g	食塩相当量	2.0	g	<table border="1"> <tr><td>エネルギー</td><td>747</td><td>Kcal</td><td>エネルギー</td><td>747</td><td>Kcal</td></tr> <tr><td>水分</td><td>325</td><td>g</td><td>水分</td><td>325</td><td>g</td></tr> <tr><td>たんぱく質</td><td>46.4</td><td>g</td><td>たんぱく質</td><td>46.4</td><td>g</td></tr> <tr><td>食塩相当量</td><td>3.1</td><td>g</td><td>食塩相当量</td><td>3.1</td><td>g</td></tr> </table>	エネルギー	747	Kcal	エネルギー	747	Kcal	水分	325	g	水分	325	g	たんぱく質	46.4	g	たんぱく質	46.4	g	食塩相当量	3.1	g	食塩相当量	3.1	g
エネルギー	727	Kcal	エネルギー	726	Kcal																																																																																																																								
水分	428	g	水分	312	g																																																																																																																								
たんぱく質	30.0	g	たんぱく質	24.3	g																																																																																																																								
食塩相当量	3.0	g	食塩相当量	3.8	g																																																																																																																								
エネルギー	726	Kcal	エネルギー	652	Kcal																																																																																																																								
水分	312	g	水分	244	g																																																																																																																								
たんぱく質	24.3	g	たんぱく質	24.6	g																																																																																																																								
食塩相当量	3.8	g	食塩相当量	3.0	g																																																																																																																								
エネルギー	652	Kcal	エネルギー	735	Kcal																																																																																																																								
水分	244	g	水分	236	g																																																																																																																								
たんぱく質	24.6	g	たんぱく質	28.9	g																																																																																																																								
食塩相当量	3.0	g	食塩相当量	2.1	g																																																																																																																								
エネルギー	589	Kcal	エネルギー	589	Kcal																																																																																																																								
水分	283	g	水分	283	g																																																																																																																								
たんぱく質	41.8	g	たんぱく質	41.8	g																																																																																																																								
食塩相当量	2.0	g	食塩相当量	2.0	g																																																																																																																								
エネルギー	747	Kcal	エネルギー	747	Kcal																																																																																																																								
水分	325	g	水分	325	g																																																																																																																								
たんぱく質	46.4	g	たんぱく質	46.4	g																																																																																																																								
食塩相当量	3.1	g	食塩相当量	3.1	g																																																																																																																								