

| 日                                                                                 | 曜                    | 献立名                                                  | 材料                                      | 日                                                                                   | 曜                                                                       | 献立名                                                                                 | 材料                                                                                  | 日                                     | 曜                                                                                     | 献立名                                                                                                                        | 材料                                                                                                  | 日                                                                   | 曜                                                                                       | 献立名                                                                                   | 材料                                                                                                      |                          |                                                                                     |                      |                                                                                       |     |                |     |                |
|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------|------------------------------------------------------|-----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-----|----------------|-----|----------------|
| <div>今日の地場産物<br/>米・小麦粉・米粉<br/>大豆・手作りみそ<br/>キャベツ・きゅうり<br/>レタス・長ねぎ</div>            |                      |                                                      |                                         | 1                                                                                   | 火                                                                       | ごはん                                                                                 | 精白米(岩見沢産ななつぼし)                                                                      | 2                                     | 水                                                                                     | 黒糖パン                                                                                                                       | 小麦粉(岩見沢産キタノカオリ)                                                                                     | 3                                                                   | 木                                                                                       | ごはん                                                                                   | 精白米(岩見沢産ななつぼし)                                                                                          |                          |                                                                                     |                      |                                                                                       |     |                |     |                |
|                                                                                   |                      |                                                      |                                         |  | チンゲンサイの<br>スープ                                                          | チンゲンサイ、人参<br>玉ねぎ、長ねぎ、こしょう<br>しょうゆラーメンスープ<br>中華だしの素、しょうゆ<br>鶏がらスープ、塩                 |  | 人参<br>ポタージュ                           | 玉ねぎ、人参、人参ペースト<br>牛乳、スキムミルク、米粉<br>生クリーム、有塩バター<br>シチューの素、野菜ブイヨン<br>こしょう、鶏がらスープ、塩        |                                         | 塩けんちん汁                                                                                              | 豆腐、玉ねぎ、たまごだけ<br>ごぼう、長ねぎ、しょうゆ<br>酒、みりん、塩<br>だし昆布、かつおだし               |      | マーボー<br>豆腐丼<br>(具)                                                                    | 豆腐、豚ひき肉、鶏ひき肉<br>しょうが、にんにく、にら<br>たけのこ、大豆、長ねぎ<br>ごま油、酒、三温糖、塩<br>赤みそ、トウバンジャン<br>しょうゆ、中華だしの素<br>テンメンジャン、でん粉 |                          |                                                                                     |                      |                                                                                       |     |                |     |                |
|                                                                                   |                      |                                                      |                                         |                                                                                     | チンジャオ<br>ロース                                                            | 豚もも肉、酒、しょうが、にんにく<br>でん粉、たけのこ、青ピーマン<br>ごま油、オイスターソース<br>しょうゆ、テンメンジャン、三温糖<br>スープストック、塩 |                                                                                     | チキンナゲット                               | チキンナゲット、キャノーラ油                                                                        |                                                                                                                            | 鶏肉の<br>しょうゆこうじ<br>焼き                                                                                | 鶏もも肉、しょうゆこうじ<br>みりん                                                 |                                                                                         | いか<br>メンチカツ                                                                           | いかメンチカツ<br>キャノーラ油                                                                                       |                          |                                                                                     |                      |                                                                                       |     |                |     |                |
|                                                                                   |                      |                                                      |                                         |                                                                                     | きゅうりの<br>塩昆布あえ                                                          | きゅうり、塩昆布、塩<br>ごま油                                                                   |                                                                                     | カレー風<br>ベンネ                           | ペンネ、枝豆、ホールコーン<br>まぐろ水煮、にんにく、米油<br>ダイストマト、野菜ブイヨン<br>トマトケチャップ、三温糖<br>塩、こしょう、カレー粉        |                                                                                                                            | 切干大根の<br>炒め煮                                                                                        | 切干大根、さつま揚げ<br>人参、米油、三温糖、酒<br>みりん、しょうゆ<br>かつおだし、塩                    |                                                                                         | マンゴー<br>アセロラゼリー                                                                       | マンゴーアセロラゼリー                                                                                             |                          |                                                                                     |                      |                                                                                       |     |                |     |                |
|                                                                                   |                      |                                                      |                                         | エネルギー<br>628<br>kcal                                                                |                                                                         |                                                                                     |                                                                                     |                                       | エネルギー<br>932<br>kcal                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                     |                                                                     |                                                                                         | エネルギー<br>680<br>kcal                                                                  |                                                                                                         |                          |                                                                                     |                      | エネルギー<br>906<br>kcal                                                                  |     |                |     |                |
| 7                                                                                 | 月                    | 菜めし                                                  | 精白米(岩見沢産ななつぼし)<br>菜めしの素                 |    | 8                                                                       | 火                                                                                   | コッペパン                                                                               | 小麦粉(岩見沢産キタノカオリ)                       |    | 9                                                                                                                          | 水                                                                                                   | ごはん                                                                 | 精白米(岩見沢産ななつぼし)                                                                          |    | ターメリック<br>ライス                                                                                           | 精白米(岩見沢産ななつぼし)<br>ターメリック |  | 11                   | 金                                                                                     | ごはん | 精白米(岩見沢産ななつぼし) |     |                |
|  | 春雨スープ                | 春雨、人参、玉ねぎ、長ねぎ<br>しょうゆ、鶏がらスープ<br>こしょう、塩、ごま油<br>中華だしの素 | コーンクリーム<br>スープ                          |                                                                                     | ホールコーン、玉ねぎ<br>クリームコーン、牛乳、塩<br>有塩バター、野菜ブイヨン<br>コーンクリームスープ<br>鶏がらスープ、こしょう | みそワッタン<br>スープ                                                                       | キタノカオリワッタン、玉ねぎ<br>人参、しめじ、長ねぎ<br>みそラーメンスープ<br>鶏がらスープ、酒<br>塩、こしょう、ごま油                 | キーマカレー<br>(具)                         |                                                                                       | 豚ひき肉、玉ねぎ、人参、大豆<br>カルダモン、オールスパイス、塩<br>ターメリック、にんにく、しょうが<br>トマトケチャップ、トマトピューレ<br>コンソメ、しょうゆ、カレールウ<br>中濃ソース、カレー粉、赤ワイン<br>ブルーピューレ | 鯖汁                                                                                                  | 豚もも肉、しょうが、豆腐<br>突きこんにやく、玉ねぎ<br>人参、長ねぎ、ごぼう<br>手作りみそ、酒<br>だし昆布、かつおだし  |                                                                                         |                                                                                       |                                                                                                         |                          |                                                                                     |                      |                                                                                       |     |                |     |                |
|                                                                                   | 星のハンバーグ              | 星のハンバーグ、にんにく<br>しょうが、三温糖、塩、みりん<br>酒、しょうゆ、でん粉         | ポーク<br>チャップ                             |                                                                                     | 豚もも肉、いんげん、玉ねぎ<br>トマトケチャップ、塩、<br>ウスターソース、三温糖<br>ブルーピューレ、米油<br>こしょう、でん粉   | レモンザンギ                                                                              | 鶏もも肉、しょうが<br>しょうゆ、酒、みりん、塩<br>でん粉、キャノーラ油<br>レモン果汁、三温糖                                | 福神漬                                   |                                                                                       | 福神漬                                                                                                                        | 鮭フライ                                                                                                | 鮭切り身、塩、こしょう<br>ガーリックパウダー、酒<br>キタノカオリ、米粉<br>エッグケアマヨネーズ<br>パン粉、キャノーラ油 |                                                                                         |                                                                                       |                                                                                                         |                          |                                                                                     |                      |                                                                                       |     |                |     |                |
|                                                                                   | エネルギー<br>698<br>kcal | 野菜炒め                                                 | キャベツ、ほうれん草<br>ベーコン、米油、塩<br>こしょう、コンソメ    |                                                                                     | イタリアン<br>サラダ                                                            | 大根、きゅうり、人参<br>イタリアンドレッシング                                                           | ピーマンの<br>ソテー                                                                        | もやし、青ピーマン、米油<br>スープストック、塩<br>こしょう、でん粉 |                                                                                       | かんきつ<br>サラダ                                                                                                                | キャベツ、きゅうり、まぐろ水煮<br>かんきつドレッシング                                                                       | スティック<br>納豆                                                         | スティック納豆                                                                                 |                                                                                       |                                                                                                         |                          |                                                                                     |                      |                                                                                       |     |                |     |                |
|                                                                                   |                      |                                                      |                                         | エネルギー<br>827<br>kcal                                                                |                                                                         |                                                                                     |                                                                                     |                                       | エネルギー<br>808<br>kcal                                                                  |                                         |                                                                                                     |                                                                     |                                                                                         | エネルギー<br>793<br>kcal                                                                  |                                                                                                         |                          |                                                                                     |                      |                                                                                       |     |                |     |                |
| 14                                                                                | 月                    | ごはん                                                  | 精白米(岩見沢産ななつぼし)                          |  | 15                                                                      | 火                                                                                   | バーガーパン                                                                              | 小麦粉(岩見沢産キタノカオリ)                       |  | 16                                                                                                                         | 水                                                                                                   | ごはん                                                                 | 精白米(岩見沢産ななつぼし)                                                                          |  | 17                                                                                                      | 木                        | うどん                                                                                 | 小麦粉(岩見沢産きたほなみ)       |  | 18  | 金              | ごはん | 精白米(岩見沢産ななつぼし) |
|                                                                                   |                      | ふのりの<br>みそ汁                                          | ふのり、玉ねぎ、長ねぎ<br>えのきだけ、みそ、酒<br>だし昆布、かつおだし |                                                                                     |                                                                         | レタスの<br>スープ                                                                         | 鶏もも肉、レタス、人参<br>セロリ、酒、コンソメ、塩<br>こしょう、鶏がらスープ                                          | 中華丼<br>(具)                            |                                                                                       |                                                                                                                            | 白菜、玉ねぎ、長ねぎ<br>人参、たけのこ、きくらげ<br>豚もも肉、うずら卵<br>しょうが、にんにく、米油<br>しょうゆ、中華だしの素<br>三温糖、鶏がらスープ<br>酒、塩、ごま油、でん粉 | ガリトマうどん<br>(汁)                                                      | 鶏もも肉、玉ねぎ、人参<br>長ねぎ、しめじ<br>塩ラーメンスープ<br>ダイストマト、しょうゆ<br>にんにく、塩、こしょう<br>酒、みりん、でん粉<br>鶏がらスープ |                                                                                       |                                                                                                         | 野菜の<br>ごま汁               | 豆腐、玉ねぎ、人参<br>長ねぎ、みそ<br>白すりごま、酒<br>だし昆布、かつおだし                                        |                      |                                                                                       |     |                |     |                |
|                                                                                   |                      | さばの<br>塩焼き                                           | さば切り身、みりん<br>塩こうじ、塩                     |                                                                                     |                                                                         | バーガー<br>パティ                                                                         | バーガーパティ<br>デミグラスソース<br>トマトケチャップ、三温糖<br>ウスターソース、赤ワイン<br>ブルーピューレ、塩<br>ソテーオニオン         | つぼ漬け                                  |                                                                                       |                                                                                                                            | つぼ漬け                                                                                                | かぼちゃもち                                                              | かぼちゃもち<br>キャノーラ油                                                                        |                                                                                       |                                                                                                         | ほっけの<br>みぞれあん            | ほっけ切り身、みりん<br>塩、三温糖、しょうゆ<br>酒、大根おろし、でん粉                                             |                      |                                                                                       |     |                |     |                |
| エネルギー<br>706<br>kcal                                                              | メンマ炒め                | 塩メンマ、豚もも肉<br>長ねぎ、ごま油、しょうゆ<br>テンメンジャン、三温糖<br>みりん、酒    | エネルギー<br>802<br>kcal                    |                                                                                     |                                                                         |                                                                                     |                                                                                     | エネルギー<br>743<br>kcal                  |  |                                                                                                                            |                                                                                                     |                                                                     | エネルギー<br>626<br>kcal                                                                    |                                                                                       |                                                                                                         |                          |                                                                                     | エネルギー<br>643<br>kcal |                                                                                       |     |                |     |                |
|                                                                                   |                      |                                                      |                                         | エネルギー<br>802<br>kcal                                                                |                                                                         |                                                                                     |                                                                                     |                                       | エネルギー<br>743<br>kcal                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                     |                                                                     |                                                                                         | エネルギー<br>626<br>kcal                                                                  |                                                                                                         |                          |                                                                                     |                      | エネルギー<br>643<br>kcal                                                                  |     |                |     |                |
|                                                                                   |                      |                                                      |                                         | エネルギー<br>802<br>kcal                                                                |                                                                         |                                                                                     |                                                                                     |                                       | エネルギー<br>743<br>kcal                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                     |                                                                     |                                                                                         | エネルギー<br>626<br>kcal                                                                  |                                                                                                         |                          |                                                                                     |                      | エネルギー<br>643<br>kcal                                                                  |     |                |     |                |
|                                                                                   |                      |                                                      |                                         | エネルギー<br>802<br>kcal                                                                |                                                                         |                                                                                     |                                                                                     |                                       | エネルギー<br>743<br>kcal                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                     |                                                                     |                                                                                         | エネルギー<br>626<br>kcal                                                                  |                                                                                                         |                          |                                                                                     |                      | エネルギー<br>643<br>kcal                                                                  |     |                |     |                |
|                                                                                   |                      |                                                      |                                         | エネルギー<br>802<br>kcal                                                                |                                                                         |                                                                                     |                                                                                     |                                       | エネルギー<br>743<br>kcal                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                     |                                                                     |                                                                                         | エネルギー<br>626<br>kcal                                                                  |                                                                                                         |                          |                                                                                     |                      | エネルギー<br>643<br>kcal                                                                  |     |                |     |                |
|                                                                                   |                      |                                                      |                                         | エネルギー<br>802<br>kcal                                                                |                                                                         |                                                                                     |                                                                                     |                                       | エネルギー<br>743<br>kcal                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                     |                                                                     |                                                                                         | エネルギー<br>626<br>kcal                                                                  |                                                                                                         |                          |                                                                                     |                      | エネルギー<br>643<br>kcal                                                                  |     |                |     |                |
|                                                                                   |                      |                                                      |                                         | エネルギー<br>802<br>kcal                                                                |                                                                         |                                                                                     |                                                                                     |                                       | エネルギー<br>743<br>kcal                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                     |                                                                     |                                                                                         | エネルギー<br>626<br>kcal                                                                  |                                                                                                         |                          |                                                                                     |                      | エネルギー<br>643<br>kcal                                                                  |     |                |     |                |
|                                                                                   |                      |                                                      |                                         | エネルギー<br>802<br>kcal                                                                |                                                                         |                                                                                     |                                                                                     |                                       | エネルギー<br>743<br>kcal                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                     |                                                                     |                                                                                         | エネルギー<br>626<br>kcal                                                                  |                                                                                                         |                          |                                                                                     |                      | エネルギー<br>643<br>kcal                                                                  |     |                |     |                |
|                                                                                   |                      |                                                      |                                         | エネルギー<br>802<br>kcal                                                                |                                                                         |                                                                                     |                                                                                     |                                       | エネルギー<br>743<br>kcal                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                     |                                                                     |                                                                                         | エネルギー<br>626<br>kcal                                                                  |                                                                                                         |                          |                                                                                     |                      | エネルギー<br>643<br>kcal                                                                  |     |                |     |                |
|                                                                                   |                      |                                                      |                                         | エネルギー<br>802<br>kcal                                                                |                                                                         |                                                                                     |                                                                                     |                                       | エネルギー<br>743<br>kcal                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                     |                                                                     |                                                                                         | エネルギー<br>626<br>kcal                                                                  |                                                                                                         |                          |                                                                                     |                      | エネルギー<br>643<br>kcal                                                                  |     |                |     |                |
|                                                                                   |                      |                                                      |                                         | エネルギー<br>802<br>kcal                                                                |                                                                         |                                                                                     |                                                                                     |                                       | エネルギー<br>743<br>kcal                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                     |                                                                     |                                                                                         | エネルギー<br>626<br>kcal                                                                  |                                                                                                         |                          |                                                                                     |                      | エネルギー<br>643<br>kcal                                                                  |     |                |     |                |
|                                                                                   |                      |                                                      |                                         | エネルギー<br>802<br>kcal                                                                |                                                                         |                                                                                     |                                                                                     |                                       | エネルギー<br>743<br>kcal                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                     |                                                                     |                                                                                         | エネルギー<br>626<br>kcal                                                                  |                                                                                                         |                          |                                                                                     |                      | エネルギー<br>643<br>kcal                                                                  |     |                |     |                |
|                                                                                   |                      |                                                      |                                         | エネルギー<br>802<br>kcal                                                                |                                                                         |                                                                                     |                                                                                     |                                       | エネルギー<br>743<br>kcal                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                     |                                                                     |                                                                                         | エネルギー<br>626<br>kcal                                                                  |                                                                                                         |                          |                                                                                     |                      | エネルギー<br>643<br>kcal                                                                  |     |                |     |                |
|                                                                                   |                      |                                                      |                                         | エネルギー<br>802<br>kcal                                                                |                                                                         |                                                                                     |                                                                                     |                                       | エネルギー<br>743<br>kcal                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                     |                                                                     |                                                                                         | エネルギー<br>626<br>kcal                                                                  |                                                                                                         |                          |                                                                                     |                      | エネルギー<br>643<br>kcal                                                                  |     |                |     |                |
|                                                                                   |                      |                                                      |                                         | エネルギー<br>802<br>kcal                                                                |                                                                         |                                                                                     |                                                                                     |                                       | エネルギー<br>743<br>kcal                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                     |                                                                     |                                                                                         | エネルギー<br>626<br>kcal                                                                  |                                                                                                         |                          |                                                                                     |                      | エネルギー<br>643<br>kcal                                                                  |     |                |     |                |
|                                                                                   |                      |                                                      |                                         | エネルギー<br>802<br>kcal                                                                |                                                                         |                                                                                     |                                                                                     |                                       | エネルギー<br>743<br>kcal                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                     |                                                                     |                                                                                         | エネルギー<br>626<br>kcal                                                                  |                                                                                                         |                          |                                                                                     |                      | エネルギー<br>643<br>kcal                                                                  |     |                |     |                |
|                                                                                   |                      |                                                      |                                         | エネルギー<br>802<br>kcal                                                                |                                                                         |                                                                                     |                                                                                     |                                       | エネルギー<br>743<br>kcal                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                     |                                                                     |                                                                                         | エネルギー<br>626<br>kcal                                                                  |                                                                                                         |                          |                                                                                     |                      | エネルギー<br>643<br>kcal                                                                  |     |                |     |                |
|                                                                                   |                      |                                                      |                                         | エネルギー<br>802<br>kcal                                                                |                                                                         |                                                                                     |                                                                                     |                                       | エネルギー<br>743<br>kcal                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                     |                                                                     |                                                                                         | エネルギー<br>626<br>kcal                                                                  |                                                                                                         |                          |                                                                                     |                      | エネルギー<br>643<br>kcal                                                                  |     |                |     |                |
|                                                                                   |                      |                                                      |                                         | エネルギー<br>802<br>kcal                                                                |                                                                         |                                                                                     |                                                                                     |                                       | エネルギー<br>743<br>kcal                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                     |                                                                     |                                                                                         | エネルギー<br>626<br>kcal                                                                  |                                                                                                         |                          |                                                                                     |                      | エネルギー<br>643<br>kcal                                                                  |     |                |     |                |
|                                                                                   |                      |                                                      |                                         | エネルギー<br>802<br>kcal                                                                |                                                                         |                                                                                     |                                                                                     |                                       | エネルギー<br>743<br>kcal                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                     |                                                                     |                                                                                         | エネルギー<br>626<br>kcal                                                                  |                                                                                                         |                          |                                                                                     |                      | エネルギー<br>643<br>kcal                                                                  |     |                |     |                |
|                                                                                   |                      |                                                      |                                         | エネルギー<br>802<br>kcal                                                                |                                                                         |                                                                                     |                                                                                     |                                       | エネルギー<br>743<br>kcal                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                     |                                                                     |                                                                                         | エネルギー<br>626<br>kcal                                                                  |                                                                                                         |                          |                                                                                     |                      | エネルギー<br>643<br>kcal                                                                  |     |                |     |                |
|                                                                                   |                      |                                                      |                                         | エネルギー<br>802<br>kcal                                                                |                                                                         |                                                                                     |                                                                                     |                                       | エネルギー<br>743<br>kcal                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                     |                                                                     |                                                                                         | エネルギー<br>626<br>kcal                                                                  |                                                                                                         |                          |                                                                                     |                      | エネルギー<br>643<br>kcal                                                                  |     |                |     |                |
|                                                                                   |                      |                                                      |                                         | エネルギー<br>802<br>kcal                                                                |                                                                         |                                                                                     |                                                                                     |                                       | エネルギー<br>743<br>kcal                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                     |                                                                     |                                                                                         | エネルギー<br>626<br>kcal                                                                  |                                                                                                         |                          |                                                                                     |                      | エネルギー<br>643<br>kcal                                                                  |     |                |     |                |
|                                                                                   |                      |                                                      |                                         | エネルギー<br>802<br>kcal                                                                |                                                                         |                                                                                     |                                                                                     |                                       | エネルギー<br>743<br>kcal                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                     |                                                                     |                                                                                         | エネルギー<br>626<br>kcal                                                                  |                                                                                                         |                          |                                                                                     |                      | エネルギー<br>643<br>kcal                                                                  |     |                |     |                |
|                                                                                   |                      |                                                      |                                         | エネルギー<br>802<br>kcal                                                                |                                                                         |                                                                                     |                                                                                     |                                       | エネルギー<br>743<br>kcal                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                     |                                                                     |                                                                                         | エネルギー<br>626<br>kcal                                                                  |                                                                                                         |                          |                                                                                     |                      | エネルギー<br>643<br>kcal                                                                  |     |                |     |                |
|                                                                                   |                      |                                                      |                                         | エネルギー<br>802<br>kcal                                                                |                                                                         |                                                                                     |                                                                                     |                                       | エネルギー<br>743<br>kcal                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                     |                                                                     |                                                                                         | エネルギー<br>626<br>kcal                                                                  |                                                                                                         |                          |                                                                                     |                      | エネルギー<br>643<br>kcal                                                                  |     |                |     |                |
|                                                                                   |                      |                                                      |                                         | エネルギー<br>802<br>kcal                                                                |                                                                         |                                                                                     |                                                                                     |                                       | エネルギー<br>743<br>kcal                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                     |                                                                     |                                                                                         | エネルギー<br>626<br>kcal                                                                  |                                                                                                         |                          |                                                                                     |                      | エネルギー<br>643<br>kcal                                                                  |     |                |     |                |
|                                                                                   |                      |                                                      |                                         | エネルギー<br>802<br>kcal                                                                |                                                                         |                                                                                     |                                                                                     |                                       | エネルギー<br>743<br>kcal                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                     |                                                                     |                                                                                         | エネルギー<br>626<br>kcal                                                                  |                                                                                                         |                          |                                                                                     |                      | エネルギー<br>643<br>kcal                                                                  |     |                |     |                |
|                                                                                   |                      |                                                      |                                         | エネルギー<br>802<br>kcal                                                                |                                                                         |                                                                                     |                                                                                     |                                       | エネルギー<br>743<br>kcal                                                                  |                                                                                                                            |                                                                                                     |                                                                     |                                                                                         |                                                                                       |                                                                                                         |                          |                                                                                     |                      |                                                                                       |     |                |     |                |