

選択番号	①	②	③	④	⑤
朝食	ご飯・漬物 焼き魚 厚焼き卵 小鉢 味噌汁 果物	ご飯・漬物 納豆 スクランブルエッグ サラダ 味噌汁 果物	ロールパン2個 ジャム スクランブルエッグ サラダ スープ 果物		
エネルギー	751kcal	820kcal	531kcal		
カルシウム	104mg	96mg	104mg		
塩分	3.5g	3.4g	3.2g		
選択番号	①	②	③	④	⑤
昼食	ご飯 肉うどん 小鉢	チキンカレー 野菜サラダ デザート	牛丼 吸い物 小鉢		
エネルギー	1024kcal	1073kcal	957kcal		
カルシウム	96mg	127mg	64mg		
塩分	2.6g	2.2g	2.4g		
選択番号	①	②	③	④	⑤
夕食	ご飯 鶏唐揚げ 小鉢 サラダ スープ デザート	ご飯 ハンバーグ 小鉢 サラダ スープ デザート	ご飯 焼肉炒め 小鉢 サラダ 汁物 デザート	カツカレー 小鉢 サラダ ヨーグルト	ご飯 魚の香草焼き 小鉢 サラダ スープ デザート
エネルギー	1058kcal	900kcal	921kcal	1025kcal	765kcal
カルシウム	97mg	104mg	236mg	118mg	100mg
塩分	1.8g	2.1g	3.2g	3.0g	2.9g