

献立名	材料名	使用量(g)/目安量	カロリー	蛋白質(g)	カリウム(mg)	リン(mg)	塩分(g)
ご飯	ご飯	180	302	4.5	52	85	
スープカレー	じゃがいも	25	19	0.4	103	10	
	人参	25	9	0.2	68	6	
	鶏もも肉	40	80	6.5	108	64	
	カレー粉	2	8	0.3	34	8	
	バター	4	30	—	1	1	—
	カレールウ	10	51	0.7	32	11	1.1
	粉バジル	少々	—	—	—	—	
	生姜	0.5	—	—	1	—	
	にんにく	0.5	1	—	3	1	
	ケチャップ	6	7	0.1	28	2	0.2
	コンソメ	1.5	4	0.1	3	1	0.6
	水	130	—	—	—	—	
	減塩醤油	1	1	0.1	3	2	0.1
	塩	0.2	—	—	—	—	0.2
	なす	20	4	0.2	44	6	
	ピーマン	15	3	0.1	29	3	
	サラダ油	5	46	—	—	—	
春雨の酢の物	乾燥春雨	10	34	—	1	4	
	きゅうり	15	2	0.2	30	5	
	乾燥わかめ	0.5	1	0.1	26	2	
	酢	6	2	—	—	—	
	砂糖	6	23	—	—	—	
フルーツ白玉	白玉粉	10	37	0.6	—	5	
	水	適量	—	—	—	—	
	粉あめ	15	57	—	—	—	
	水	70	—	—	—	—	
	黄桃缶	15	13	0.1	12	1	
	みかん缶	15	10	0.1	11	1	
	パイナップル缶	15	13	0.1	18	1	
合計			757	14.4	607	219	2.2