

| 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) |
|---------|------------|------------|------|--------|----------|--------|-------|
| カレーうどん | うどん(茹で) | 180 | 189 | 4.7 | 16 | 32 | 0.5 |
| | だし汁(昆布・鰹節) | 370 | — | — | — | — | — |
| | だしわりつゆの素 | 25 | 28 | 1.1 | 34 | 18 | 2 |
| | カレー粉 | 1 | 4 | 0.1 | 17 | 4 | — |
| | カレールウ | 7 | 36 | 0.5 | 22 | 8 | 0.7 |
| | 鶏もも肉 | 50 | 100 | 8.1 | 135 | 80 | 0.1 |
| | 人参 | 20 | 7 | 0.1 | 56 | 5 | — |
| | 玉葱 | 30 | 11 | 0.3 | 45 | 10 | — |
| | 白菜 | 30 | 4 | 0.2 | 66 | 10 | — |
| | サラダ油 | 4 | 37 | — | — | — | — |
| | 油揚げ | 5 | 19 | 0.9 | 3 | 12 | — |
| | 片栗粉 | 6 | 20 | — | 2 | 2 | — |
| | りんごなます | りんご | 20 | 11 | — | 22 | 2 |
| 大根 | | 40 | 7 | 0.2 | 92 | 7 | — |
| 人参 | | 10 | 4 | 0.1 | 26 | 3 | — |
| 砂糖 | | 8 | 31 | — | — | — | — |
| 酢 | | 6 | 2 | — | — | — | — |
| スイートポテト | さつまいも | 35 | 46 | 0.4 | 165 | 16 | — |
| | 砂糖 | 7 | 27 | — | — | — | — |
| | 生クリーム | 5 | 20 | 0.3 | 3 | 9 | — |
| | 卵黄 | 4 | 15 | 0.7 | 3 | 23 | — |
| 合計 | | | 618 | 17.7 | 707 | 241 | 3.3 |
