

1
(木)
THU



和朝食	ブリの照り焼き ●さつま芋の甘煮 ●梅干	洋朝食	野菜オムレツ ●ミートボール ●食パン ●スープ
昼食	しょう油とかつおが香る和風焼きうどん ●イカと里芋の煮物 ●バナナ ●味噌汁	間食	紅茶のシフォンケーキ
夕食	鮭のけんちん蒸し ●もずくときゅうりの酢の物 ●もやしとハムのお浸し ●赤飯 ●味噌汁		

エネルギー:1,562kcal たんぱく質:60.7g 脂質:50.3g 食塩相当量:9.8g

2
(金)
FRI



和朝食	赤魚の塩焼き ●カリフラワー甘酢漬 ●納豆	洋朝食	ミネストローネ ●タラモサラダ ●みかん缶 ●パン2種
昼食	季節の天ぷら ●かぼちゃの煮物 ●ゴールデンキウイ ●ご飯 ●味噌汁	間食	ふんわりワッフル
夕食	鶏とキャベツの味噌炒め ●いんげんの胡麻和え ●トマトとしらすの和風サラダ ●ご飯 ●吸い物		

エネルギー:1,573kcal たんぱく質:55.4g 脂質:31.3g 食塩相当量:7.9g

3
(土)
SAT



和朝食	目玉焼き ●がんもの含め煮 ●しば漬	洋朝食	オムレツ ●ハム ●クリームパスタ ●食パン ●スープ
昼食	ハヤシライス ●コールスロー ●マンゴーとパプリカのジュース ●スープ	間食	白桃ゼリー
夕食	金目鯛の煮付け ●長芋の肉味噌がけ ●小松菜の磯辺和え ●ご飯 ●味噌汁		

エネルギー:1,684kcal たんぱく質:61.0g 脂質:43.0g 食塩相当量:9.1g

4
(日)
SUN



和朝食	さつま揚げの煮物 ●里芋の含め煮 ●昆布巻	洋朝食	ウイナー玉子巻 ●ツナサラダ ●食パン ●スープ
昼食	海老フライとかぼちゃコロッケ ●湯葉の酢の物 ●べつたら漬 ●ご飯 ●味噌汁	間食	オレンジシャーベット
夕食	じゃが芋と鶏の煮物 ●いんげんの生姜和え ●しらす紅梅煮 ●ご飯 ●味噌汁		

エネルギー:1,643kcal たんぱく質:54.4g 脂質:30.2g 食塩相当量:9.4g

5
(月)
MON



和朝食	赤魚みぞれ煮 ●きんぴらごぼう ●ふりかけ	洋朝食	じゃが芋ポタージュ ●ごぼうサラダ ●黄桃缶 ●焼きたてクロワッサン
昼食	舌平目のムニエル ●パイナップル ●海老とブロッコリーのナッツサラダ ●パン2種 ●スープ	間食	酒饅頭 黒豆茶
夕食	豚角煮 ●ひじきの煮物 ●キャベツの胡麻和え ●ご飯 ●味噌汁		

エネルギー:1,612kcal たんぱく質:66.0g 脂質:54.9g 食塩相当量:7.7g

6
(火)
TUE



和朝食	厚揚げの煮物 ●人参と玉子の炒め物 ●ゆず大根	洋朝食	スクランブルエッグ ●ソーセージ ●食パン ●スープ
昼食	鶏ももの照り焼き ●うぐいす豆 ●メロン ●ご飯 ●味噌汁	間食	バナナのロールケーキ
夕食	あじの塩焼き ●ほうれん草とカニのお浸し ●卵の花 ●ご飯 ●味噌汁		

エネルギー:1,571kcal たんぱく質:56.9g 脂質:41.0g 食塩相当量:6.7g

7
(水)
WED



和朝食	いわしの梅煮 ●ほうれん草とツナの和え物 ●味付海苔	洋朝食	マトウダイのクリームソース ●トマトパスタ ●食パン ●スープ
昼食	行事食 七夕御膳 ●穴子ちらし寿司 ●米なすの鴨味噌田楽 ●胡麻豆腐 ●冷やし煮物 ●お吸い物 ●甘味		
夕食	四日市名物!厚切りトンテキ ●しらすおろし ●きゅうりぬか漬 ●ご飯 ●味噌汁	間食	蒸しパン

エネルギー:1,580kcal たんぱく質:60.5g 脂質:34.7g 食塩相当量:9.4g

SOMPOのキッチン

御献立表

OKONDATE

2021 7月 1日~7日

キッチンからのお知らせ Kitchen Information

7日
(水)

行事食 七夕御膳

短冊に願いを込めて・・・
七夕の日に、彩り豊かな和食御膳をご用意します。



お献立

- 穴子ちらし寿司
穴子と色鮮やかな食材を散りばめました。
- 米なすの鴨味噌田楽
夏が旬の米なすを油で揚げてジューシーに仕上げ、鴨肉を入れた田楽味噌をのせ、香ばしく焼き上げました。
- 胡麻豆腐
もっちりとした食感の胡麻豆腐をわさび醤油でどうぞ。
- 冷やし煮物
ミニトマト・かぼちゃ・スナップエンドウのあっさり冷たい夏野菜の煮物です。
- お吸い物
京手まり麩とそうめんの吸い物です。
- 甘味
透かし見える緑の楓の葉が美しい錦玉「すだれ」と甘夏みかん。

6日
(火)

手作りおやつ Original Dessert

バナナロールケーキ

厨房スタッフお手製!ふわふわのスポンジをたっぷりの生クリームで包み込みました。口の中で広がるバナナの香りをおたのしみください。



ラヴィーレのこだわり 優しい“手作り”おやつ

間食は食事と食事の間にとるもので、昔の時刻の呼び方で八つ刻(やつどき)つまり午後3時頃に食べていたことから“おやつ”と呼ばれています。お昼ご飯から夕ご飯までの時間は体が活動的になることからおなかが空きやすく、つい食べ過ぎてしまいがちですが、ラヴィーレのおやつは栄養バランスを考えながらも、どこか素朴であたたかみがあります。まるでお母さんがササッと作ってくれた優しさや美味しさの記憶をたどるような…そんなほっこり優しい“手作り”おやつをお楽しみください。

※都合により献立を変更する場合があります。写真はイメージです。また、食器はホームによって異なる場合があります。 ※和食の朝食のご飯と汁物は省略しております。
 ※衛生管理上、6月中旬～9月中旬、12月～2月下旬の期間の刺身の提供を控えていただいております。
 ※当社WEBサイトの「お知らせ」欄に、毎月15日頃に次月の献立表を掲載しております。 ※当社のご飯は、国産米を使用しています。

8 (木) THU



和朝食	玉子焼き ●切昆布大豆 ●しば漬	洋朝食	目玉焼き ●カニ風味サラダ ●食パン ●ポターージュ
昼食	ナポリタンスパゲティー ●夏野菜のマリネ ●野菜ジュース ●スープ	間食	プリン
夕食	カレーの照り焼き ●牛肉の煮物 ●さつまいものレモン煮 ●ご飯 ●味噌汁		

エネルギー:1,541kcal たんぱく質:53.7g 脂質:47.1g 食塩相当量:9.7g

9 (金) FRI



和朝食	赤魚の西京焼き ●かぼちゃの煮物 ●納豆	洋朝食	野菜スープ ●タラモサラダ ●洋梨缶 ●パン2種
昼食	麻婆豆腐 ●イカとチンゲン菜の塩炒め ●海老シューマイ ●ご飯 ●スープ	間食	かき氷
夕食	さわらの南蛮煮 ●筑前煮 ●オクラのお浸し ●ご飯 ●味噌汁		

エネルギー:1,558kcal たんぱく質:62.1g 脂質:33.2g 食塩相当量:8.3g

10 (土) SAT



和朝食	じゃがベーコン ●野菜とツナの炒め煮 ●つぼ漬	洋朝食	じゃがベーコン ●チキンナゲット ●食パン ●スープ
昼食	牛肉炒め ●もやしと水菜の梅和え ●マンゴー ●ご飯 ●味噌汁	間食	かぼちゃ パバロア
夕食	鯖の塩焼き ●なす利休煮 ●ほうれん草の白和え ●ご飯 ●味噌汁		

エネルギー:1,681kcal たんぱく質:55.8g 脂質:57.6g 食塩相当量:7.7g

11 (日) SUN



和朝食	つくねの照り焼き ●冬瓜のあんかけ ●オクラの胡麻和え	洋朝食	根菜トマトスープ ●白桃缶 ●マカロニサラダ ●フレンチトースト
昼食	昔ながらのオムライス ●100gサラダ ●プルーンヨーグルト ●スープ	間食	黒糖饅頭とおかき
夕食	かさごの西京焼き ●五目豆腐 ●白菜とカニカマのお浸し ●ご飯 ●吸い物		

エネルギー:1,617kcal たんぱく質:53.2g 脂質:35.1g 食塩相当量:9.7g

12 (月) MON



和朝食	さんまの蒲焼 ●カリフラワー甘酢漬 ●人參と玉子の炒め物 ●白花豆	洋朝食	ウインナー玉子巻 ●食パン ●ジャーマンポテト ●ポターージュ
昼食	鶏もも肉のジューシー唐揚げ ●炒り豆腐 ●水なすの切漬 ●ご飯 ●赤だし味噌汁	間食	チーズ パウンドケーキ
夕食	メバルの煮付け ●そら豆としめじ炒め ●れんこんと昆布の煮物 ●ご飯 ●味噌汁		

エネルギー:1,583kcal たんぱく質:68.9g 脂質:34.7g 食塩相当量:7.7g

13 (火) TUE



和朝食	あじの塩焼き ●梅干 ●大根のそぼろ煮 ●ひじきの煮物	洋朝食	クラムチャウダー ●みかん缶 ●ポテトサラダ ●焼きたてハムマヨパン	
昼食	料理コンテスト2019 受賞メニュー 香ばしい真鯛の酒蒸し 胡麻ソース ●もやしナムル ●バナナ ●ご飯 ●スープ		間食	エクレア
夕食	牛肉とごぼうの柳川 ●なすの揚げだし ●白菜漬 ●ご飯 ●味噌汁			

エネルギー:1,586kcal たんぱく質:62.4g 脂質:41.4g 食塩相当量:8.9g

14 (水) WED



和朝食	車麩の煮物 ●温泉卵 ●鮭そぼろ	洋朝食	オムレツ ●ハム ●食パン ●スープ
昼食	豚の生姜焼き ●オクラと長芋のおかか和え ●ゴールデンキウイ ●いわしつみれの味噌汁	間食	トマトゼリー
夕食	白身魚と野菜の甘酢あん ●ほうれん草の胡麻和え ●松前漬 ●ご飯 ●味噌汁		

エネルギー:1,679kcal たんぱく質:56.0g 脂質:46.8g 食塩相当量:7.9g



御献立表

OKONDATE

2021
7月
8日~14日

キッチンからのお知らせ Kitchen Information

2019 受賞メニュー 料理コンテスト

13日 (火)



香ばしい真鯛の酒蒸し 胡麻ソース

普段のメニューにはない、中華風の魚メニューを、お召し上がり頂きたいと思い考案しました。皮目を香ばしく焼いた真鯛に、ピリッと辛いラー油がほんのり効いた濃厚な胡麻ソースをかけました。どうぞお召し上がりください。



【受賞者】
SOMPOケアラヴィーレ大磯
吉森 孝至 さん

9日 (金)



改良メニュー Renewal Menu

コクが深い 麻婆豆腐

味を改良し、豆腐とひき肉の量を増やしました。辛みは抑えながらも、オイスターソースやネギ油によりコク深く、風味豊かに仕上げました。

バイヤーのひとこと

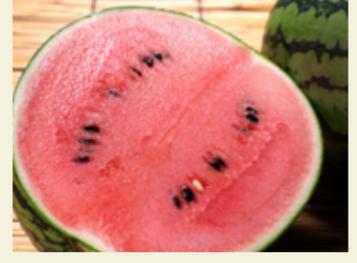
ラヴィーレの新鮮お野菜



担当 松永

夏の味覚を代表するスイカは、江戸時代から親しまれています。ウリ科の植物でキュウリなどと同じで、分類上は野菜となりますが「果実的野菜」と、特殊なカテゴリーで分けられています。そのままデザートとして食することもあれば、漬物にしたりと二面性がありますね。ラヴィーレで使用しているスイカは時期に合わせ、おいしいスイカが提供できるように、産地を変えてお届けします。色鮮やかな切り口や、みずみずしくすがすがしい香りが涼を運んでくれます。

関東提供産地：群馬、千葉、山形、茨城 関西提供産地：石川、新潟、鳥取



15

(木) THU



和朝食 はんぺん玉子とじ ●しば漬 ●絹揚げとオクラのそぼろ煮

洋朝食 ほうれん草とベーコン炒め ●食パン ●ハッシュドポテト ●ツナサラダ ●スープ

昼食 冷やし中華 ●しゅうまい ●スイカ

夕食 和風ハンバーグ おろしポン酢ソース ●モロヘイヤの辛子和え ●金時豆 ●ご飯 ●味噌汁

エネルギー:1,600kcal たんぱく質:55.7g 脂質:42.2g 食塩相当量:10.8g

間食 最中 抹茶オレ

16

(金) FRI



和朝食 玉子焼き ●きんぴらごぼう ●納豆

洋朝食 温玉白菜スープ ●ごぼうサラダ ●黄桃缶 ●パン2種

昼食 鶏の味噌漬け焼き ●切干大根煮 ●パイナップル ●ご飯 ●吸い物

夕食 太刀魚の塩レモン焼き ●いんげんの胡麻和え ●味付とろろ ●ご飯 ●味噌汁

エネルギー:1,594kcal たんぱく質:59.2g 脂質:47.7g 食塩相当量:7.1g

間食 ところてん

17

(土) SAT



和朝食 ブリの照り焼き ●さつまいもの甘煮 ●ふりかけ

洋朝食 目玉焼き ●ソーセージ ●食パン ●スープ

昼食 和風ミルフィーユカツ ●赤かぶら漬 ●洋梨缶 ●ご飯 ●味噌汁

夕食 カレイの煮付け ●カリフラワーの柚子胡椒 ●かぼちゃの煮物 ●ご飯 ●味噌汁

エネルギー:1,576kcal たんぱく質:63.3g 脂質:28.2g 食塩相当量:7.3g

間食 マンゴープリン

18

(日) SUN



和朝食 ジャガベーコン ●がんもの含め煮 ●つば漬

洋朝食 ジャガベーコン ●カニ風味サラダ ●チキンナゲット ●食パン ●スープ

昼食 そぼろ三色丼 ●にしん甘酢漬 ●高野豆腐 ●味噌汁

夕食 赤魚の塩こうじ焼き ●イカと里芋の煮物 ●きんぴられんこん ●ご飯 ●味噌汁

エネルギー:1,536kcal たんぱく質:61.5g 脂質:31.7g 食塩相当量:8.8g

間食 バームクーヘン

19

(月) MON



和朝食 肉団子と白菜煮 ●昆布巻 ●卵かけご飯

洋朝食 野菜オムレツ ●マカロニサラダ ●ミートボール ●食パン ●スープ

昼食 あじのムニエル ●キャベツと蒸し鶏のサラダ ●オレンジ ●ご飯 ●スープ

夕食 肉じゃが ●焼きなすの浸し ●セロリの浅漬 ●ご飯 ●味噌汁

エネルギー:1,549kcal たんぱく質:54.6g 脂質:33.3g 食塩相当量:9.1g

間食 アセロラゼリー

20

(火) TUE



和朝食 赤魚の塩焼き ●カリフラワー甘酢漬 ●かぼちゃのそぼろあん ●味付海苔

洋朝食 ミネストローネ ●かぼちゃサラダ ●ヨーグルト ●焼きたてクロワッサン

昼食 油淋鶏 ●もやしとハムの中華サラダ ●ご飯 ●スープ

夕食 はらこ飯 ●ごぼうと豚肉の旨煮 ●さつまいものレモン煮 ●味噌汁

エネルギー:1,567kcal たんぱく質:63.7g 脂質:28.9g 食塩相当量:7.2g

間食 カステラ

21

(水) WED



和朝食 厚揚げの煮物 ●人参と玉子の炒め物 ●紫花豆

洋朝食 ス克蘭ブルエッグ ●ハム ●食パン ●ポタージュ

昼食 豚ヒレ肉のピカタ ●田楽味噌大根煮 ●メロン ●とうもろこしご飯 ●味噌汁

2019 受賞メニュー 料理コンテスト2019 受賞メニュー

間食

ビーツのレッドベルベットケーキ

夕食 銀ダラの煮付け ●ほうれん草とカニのお浸し ●汲み上げ湯葉 ●ご飯 ●味噌汁

エネルギー:1,629kcal たんぱく質:58.8g 脂質:43.4g 食塩相当量:7.9g



御献立表

OKONDATE

2021 7月 15日~21日

キッチンからのお知らせ Kitchen Information



21日 (水)

ビーツのレッドベルベットケーキ

間食



ロシア料理のボルシチに入っている真っ赤なビーツをバター風味のケーキにしました。ビーツは食物繊維やミネラルが豊富です。チーズクリームをのせることで、ビーツ独特の風味は抑えて食べやすく仕上げました。どうぞお召し上がりください。



【受賞者】 SOMPOケアラヴィール勝田 前田 里絵さん

16日 (金)

新メニュー New Menu

太刀魚の塩レモン焼き

昼食



夏から秋にかけて旬を迎える太刀魚を新しく季節メニューとして導入しました。暑い夏でもさっぱりとお召し上がり頂けるよう、レモン汁に漬けてから塩焼きにしました。

栄養士のひとこと

今月より、夏から秋にかけて旬を迎える太刀魚(たちうお)のメニューを新しく導入しました。太刀魚は体長が1.5メートル前後もある大きな魚です。うろこがない代わりに「太刀箔」と呼ばれる銀色の表皮があり、銀箔を貼り付けたようなきれいな見た目をしています。「太刀魚」という名前は、体が刀に似ていることから名付けられたと言われています。栄養素は、骨を強くしたり、免疫機能を調整する働きのあるビタミンDが豊富で、1皿で1日に必要とされるビタミンD量を摂ることができます。また多価不飽和脂肪酸のDHAやEPAも豊富で、血液をサラサラにしてくれるなど、体に嬉しい栄養がたくさん詰まったお魚です。



管理栄養士 林

22

(木) THU 海の日



和朝食	あじの干物 ●冬瓜のあんかけ ●しば漬	洋朝食	オムレツ ●クリームパスタ ●食パン ●スープ
昼食	そうめん ●かき揚げ ●豆腐サラダ ●バナナ	間食	米こうじ甘酒と おかき
夕食	メカジキの西京焼き ●牛肉の煮物 ●小松菜の磯辺和え ●ご飯 ●吸い物		

エネルギー:1,609kcal たんぱく質:61.4g 脂質:46.1g 食塩相当量:9.1g

23

(金) FRI スポーツの日



和朝食	さんまの蒲焼 ●大根のそぼろ煮 ●納豆	洋朝食	野菜スープ ●タラモサラダ ●みかん缶 ●パン2種
昼食	カニ玉 ●餃子 ●スイカ ●ご飯 ●スープ	間食	みたらし白玉
夕食	鶏の大根おろしダレ ●五目豆腐 ●山椒ちりめん ●ご飯 ●味噌汁		

エネルギー:1,580kcal たんぱく質:63.6g 脂質:32.0g 食塩相当量:10.0g

24

(土) SAT



和朝食	鮭の塩焼き ●さつま芋の甘煮 ●ゆず大根 ●ほうれん草とツナの和え物	洋朝食	マトウダイのクリームソース ●ツナサラダ ●食パン ●スープ
昼食	豚の味噌漬け焼き ●ちくわと昆布の煮物 ●プルーンヨーグルト ●ご飯 ●吸い物	間食	チョコチップ バタークッキー ココア
夕食	巻き寿司 ●レバーの甘辛煮 ●なす利休煮 ●味噌汁		

エネルギー:1,616kcal たんぱく質:62.0g 脂質:38.8g 食塩相当量:9.6g

25

(日) SAT



和朝食	玉子焼き ●油揚げとぜんまい煮 ●梅干	洋朝食	目玉焼き ●ソーセージ ●トマトパスタ ●食パン ●スープ
昼食	牛丼 ●海老ときゅうりの辛子酢みそ ●パイナップル ●味噌汁	間食	バニラアイス
夕食	いわしのみぞれ煮 ●鶏とれんこんの煮物 ●昆布巻 ●ご飯 ●味噌汁		

エネルギー:1,554kcal たんぱく質:57.0g 脂質:42.3g 食塩相当量:9.1g

26

(月) MON



和朝食	赤魚の西京焼き ●きんぴらごぼう ●白花豆 ●ふりかけ	洋朝食	ポークビーンズ ●ごぼうサラダ ●洋梨缶 ●焼きたてハムマヨパン
昼食	サンドイッチ ●サラダ ●オレンジ ●にんじんのポタージュ	間食	ほうじ茶プリン
夕食	カレーと野菜のおろし煮 ●ピーマンの塩昆布和え ●なら漬 ●ご飯 ●味噌汁		

エネルギー:1,580kcal たんぱく質:64.3g 脂質:50.7g 食塩相当量:7.8g

27

(火) TUE



和朝食	じゃがベーコン ●ひじきの煮物 ●鮭そぼろ	洋朝食	じゃがベーコン ●食パン ●カニ風味サラダ ●ポタージュ
昼食	ハンバーグ デミグラスソース ●玉ねぎのマリネ ●キウイヨーグルトと緑野菜のジュース ●ご飯 ●スープ	間食	ふんわり焼き
夕食	あじの煮付け ●長芋とオクラの磯辺和え ●玉子豆腐 ●ご飯 ●味噌汁		

エネルギー:1,627kcal たんぱく質:57.2g 脂質:42.1g 食塩相当量:7.8g

28

(水) WED



和朝食	いわしの梅煮 ●なすの揚げ浸し ●しば漬	洋朝食	ほうれん草とベーコン炒め ●食パン ●マカロニサラダ ●ハッシュドポテト ●スープ
昼食	行事食 土用の丑の日 鰻御膳 ●鰻重 ●天ぷら ●冬瓜の煮物 ●ジュンサイの酢の物 ●お吸い物 ●甘味 (マンゴー)	間食	レモンゼリー
夕食	牛肉野菜炒め ●ほうれん草の辛子和え ●黒豆 ●ご飯 ●味噌汁		

エネルギー:1,689kcal たんぱく質:64.6g 脂質:41.9g 食塩相当量:9.5g



御献立表

OKONDATE

2021 7月 22日~31日

キッチンからのお知らせ Kitchen Information



28日 (水)

お献立	ふっくらとやわらかい鰻をご用意しました。鰻には疲労回復に効果的な栄養素が豊富で、夏バテ予防にもぴったりです。	昼食
●鰻重		
●天ぷら	夏野菜のなす・かぼちゃ・みょうがをさっくりと揚げました。	●冬瓜の煮物
		冬瓜、オクラ、海老の上品な味付けの煮物です。
●ジュンサイの酢の物	旬のジュンサイをさっぱりと。	●お吸い物
		●甘味
		マンゴー

土用の丑の日 鰻御膳

「う」のつく食べ物を食べると夏負けしないという風習があります。



29日 (木)

肉の日	夏のバーベキューをイメージした一品です。醤油ベースのスパイシーなタレにホエー豚とチキンを漬け込んで焼きました。	昼食
肉の日		
ポークとチキンのミックスグリル		

29

(木) THU



和朝食	つくねの照り焼き ●野菜とツナの炒め煮 ●味付海苔	洋朝食	野菜オムレツ ●ミートボール ●食パン ●スープ
昼食	肉の日 ポークとチキンのミックスグリル ●サラダ ●メロン ●ご飯 ●スープ	間食	安納芋の パウンドケーキ
夕食	赤魚のはぶて焼き ●大根とホッキ貝の酢の物 ●冷奴 ●ご飯 ●れんこんのすり流し汁		

エネルギー:1,567kcal たんぱく質:59.5g 脂質:39.1g 食塩相当量:8.2g

30

(金) FRI



和朝食	あじの塩焼き ●かぼちゃの煮物 ●納豆	洋朝食	クラムチャウダー ●かぼちゃサラダ ●白桃缶 ●パン2種
昼食	海老チリ ●大根ナムル ●ゴールデンキウイ ●ご飯 ●スープ	間食	抹茶どらやき
夕食	がんもと夏野菜の炊き合わせ ●にしん甘露煮 ●小松菜の辛子和え ●発芽玄米ご飯 ●豚汁		

エネルギー:1,620kcal たんぱく質:60.3g 脂質:45.5g 食塩相当量:9.2g

31

(土) SAT



和朝食	赤魚のみぞれ煮 ●絹揚げとオクラのそぼろ煮 ●つぼ漬	洋朝食	オムレツ ●タラモサラダ ●食パン ●スープ
昼食	チキンカレー ●コールスロー ●野菜ジュース ●スープ	間食	黒ごまプリン
夕食	鯖の味噌煮 ●きゅうりとみょうがの生姜和え ●高野豆腐 ●ご飯 ●吸い物		

エネルギー:1,577kcal たんぱく質:53.8g 脂質:39.6g 食塩相当量:9.1g