

10月

デイケアの献立

メモ		10月9日	10月10日	10月11日	10月12日	10月13日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	御飯 味噌汁 お好み焼風 野菜とビーツ煮 大根の酢物 フルーツ	おにぎり 味噌野菜ラーメン 海老ギョウザ 杏仁豆腐 フルーツ	御飯 味噌汁 鮭ソテー-苺クリームソース のっぺい汁風 いかのピーナツ和え フルーツ	御飯 味噌汁 ポークピカタ ソーメンサラダ わらびの煮付け フルーツ	ごはん 味噌汁 ポークソテー-温野菜添え 白滝の有馬煮 油揚げのおろし和え フルーツ
	おやつ	牛乳 栗饅頭	ヨーグルト さつま芋のムース	牛乳 南瓜プリン	牛乳 甘藷入り羊羹	牛乳 二色餅風
エネルギー		847kcal	732kcal	848kcal	853kcal	772kcal
たんぱく質		31.4g	30.2g	31.2g	30.2g	30.2g