

10月

デイケアの献立

メモ		10月16日	10月17日	10月18日	10月19日	10月20日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	御飯 味噌汁 鯖の洋風照り焼き キャベツサラダ いるとり フルーツ	御飯 味噌汁 筑前煮 冷奴 ブロッコリのサラダ フルーツ	おにぎり 味噌汁 やわらか焼きうどん さつま芋サラダ パンナコッタ	御飯 味噌汁 肉じゃが マカロニサラダ 山菜煮付け フルーツ	ごはん 味噌汁 ぶりの塩焼き 水菜とコーンサラダ 大根のそぼろ煮 フルーツ
	おやつ	牛乳 どら焼き	ヨーグルト 豆乳抹茶プリン	牛乳 りんごゼリー	牛乳 きなこマンジェ	牛乳 おさつ茶巾しぼり
エネルギー		632kcal	786kcal	811kcal	902kcal	765kcal
たんぱく質		27.6g	23.1g	23.5g	25.0g	29.4g