

12月

# デイケアの献立

| メモ    |     | 12月25日   | 12月26日  | 12月27日   | 12月28日   | 12月29日  |
|-------|-----|--|---|--|--|---|
|       |     | 月曜日  | 火曜日   | 水曜日  | 木曜日  | 金曜日   |
|       | 昼食  | 御飯<br>味噌汁<br><br>鱈の味噌焼き<br>白菜のサラダ<br>酢和え<br>フルーツ | 御飯<br>味噌汁<br><br>鶏肝肉ナッツ炒め<br>酢の物<br>さつまいものクリーム煮<br>フルーツ | 御飯<br>味噌汁<br><br>味噌じゃが<br>拌三絲<br>大根おろし<br>フルーツ | 御飯<br>味噌汁<br><br>サラダスパゲッティ<br>カラ入りとろろ芋<br>かぶの豆乳ホタテジュ<br>フルーツ | 御飯<br>味噌汁<br><br>厚揚げと豚肉炒め<br>コーンとキャベツのサラダ<br>みぞれ酢和え<br>フルーツ |
|       | おやつ | 牛乳<br>卵蒸しケーキ                                     | 牛乳<br>菊花ゼリー   | 牛乳<br>豆乳抹茶ムース                                  | 牛乳<br>りんごゼリー   | 牛乳<br>キャロットゼリー  |
| エネルギー |     | 720kcal  | 902kcal   | 808kcal  | 734kcal  | 860kcal   |
| たんぱく質 |     | 27.9g  | 29.0g   | 26.8g  | 21.4g  | 29.9g   |