

平成19年1月

ディケアの献立

メモ		1月22日	1月23日	1月24日	1月25日	1月26日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	御飯 味噌汁 鮭のソテー-ムース のっぺい汁風 いかのピーナツ和 フルーツ	御飯 味噌汁 チキンソテー そうめんサラダ 酒粕煮 フルーツ	おにぎり 野菜味噌ラーメン 豆腐サラダ 果物のヨーグルト和え	御飯 味噌汁 酢豚 蕪としめじの柚香和 リンゴと柿のおろし和 フルーツ	御飯 味噌汁 豚肉のピザ風 白滝の真砂炒め 青菜の胡麻和え フルーツ
	おやつ	ワッフル 牛乳	とうふの抹茶ムース 牛乳	りんごのゼリー 牛乳	甘藷入り羊羹 牛乳	南瓜プリン 牛乳
エネルギー		798kcal	842kcal	950kcal	810kcal	948kcal
たんぱく質		34.2g	30.2g	37.6g	23.5g	35.3g