

平成19年9月

# デイケアの献立

メモ		9月3日	9月4日	9月5日	9月6日	9月7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 白菜サラダ サマイロコ 重ね煮 フルーツ	御飯 味噌汁  鰯の塩焼き わらびの金平 若布の酢物 フルーツ	御飯 味噌汁  鶏肉のチーズ焼き 胡瓜と素麺のサラダ 大根の胡麻よごし フルーツ	枝豆御飯 味噌汁  オム焼きそば キャベツとささみサラダ フルーツポンチ	御飯 味噌汁  鶏肉の唐揚げ 胡瓜の塩昆布和え みぞれ酢和え フルーツ
	おやつ	たまご蒸しケーキ 牛乳	キャロットゼリー 牛乳	豆乳プリン 牛乳	あんみつ 牛乳	無花果ゼリー 牛乳
エネルギー		923cal	765kcal	872kcal	1018kcal	782kcal
たんぱく質		32.6g	30.8g	36.0g	33.4g	25.9g