

平成21年1月

デイケアの献立 (常食)

メモ		1月19日	1月20日	1月21日	1月22日	1月23日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	御飯 味噌汁 鯉甘酢あんかけ 南瓜サラダ 大根粕煮 フルーツ 御飯 160g での栄養計算 です。	御飯 味噌汁 ポークピカタ 里芋胡麻和え かぶらスープ煮 フルーツ	おにぎり ラーメン フルーツおろし 黄粉ミルクゼリー	御飯 味噌汁 鮭のマスタード焼き ぜんざい 法蓮草の山吹和え フルーツ	御飯 味噌汁 鶏肉のソテー おふくろ煮 いろとり フルーツ
		おやつ	黄味しぐれ 牛乳	柚子プリン 牛乳	プリン・ア・ラ・モード 牛乳	キャロットゼリー 牛乳
エネルギー		777kcal	815kcal	1001kcal	790kcal	778kcal
たんぱく質		33.2g	31.5g	36.6g	30.4g	29.5g