

平成21年3月

# デイケアの献立 (常食)

メモ		3月9日	3月10日	3月11日	3月12日	3月13日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	御飯 味噌汁  高野入炒りオムレツ 胡瓜とタラの和え物 わらびの煮付け 果物  御飯 160g での栄養計算 です。	御飯 味噌汁  チキンソテー そうめんサラダ 大根の粕煮 果物	菜飯おにぎり  味噌ラーメン 豆腐サラダ アロIのヨーグルト和え	御飯 味噌汁  ポークソテー 長芋の含め煮 キャベツ胡麻酢和え 果物	御飯 味噌汁  鱈の粕漬焼き 五目野菜そぼろ煮 大根サラダ 果物
	おやつ	シュークリーム 牛乳	小豆ゼリー 牛乳	オレンジゼリー 牛乳	苺大福 牛乳	バナナクレープ 牛乳
エネルギー		857kcal	854kcal	910kcal	855kcal	859kcal
たんぱく質		29.3g	32.4g	34.5g	34.1g	37.2g