

平成21年12月

デイケアの献立(常食)

メモ		12月14日	12月15日	12月16日	12月17日	12月18日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	御飯 味噌汁 鮭の柚庵焼き 春雨サラダ 粕煮 果物 御飯 140g での栄養計算です。	御飯 味噌汁 八宝菜 里芋関西炊き たこのおろし和え 果物	御飯 味噌汁 豚肉生姜焼き そうめんサラダ 煮付け	いなり寿司 カレーうどん フルーツおろし和え 冷奴	御飯 味噌汁 豚肉のピザ風 法菜胡麻和え 田舎煮 果物
	おやつ	10円饅頭 牛乳 200ml ハッパ 229kcal	白いうさぎ(葛菓子) 牛乳 197kcal	ココア豆乳プリン 牛乳 238kcal	芋ようかん 牛乳 236kcal	豆腐のチーズケーキ 牛乳 254kcal
エネルギー		849kcal	674kcal	835kcal	837kcal	879kcal
たんぱく質		31.3g	26.8g	31.7g	29.7g	35.7g