

平成21年12月

# デイケアの献立(常食)

メモ		12月28日	12月29日	12月30日	12月31日	1月1日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	御飯 味噌汁  マーボー豆腐 杓リンの胡麻和え スパゲッティサラダ 果物 御飯 140g での栄養計算 です。	御飯 味噌汁  カスライのチーズフライ 大根の酢物 杓リンの柚香和え 果物	御飯 味噌汁  鮭の柚庵焼き なめこ和え ズキの粕煮 果物		
	おやつ	どら焼き 牛乳(200mlパック) 210kcal	南瓜のプリン 牛乳 242kcal	豆腐+ヨーグルトケーキ 牛乳 226kcal		
エネルギー		825kcal	785kcal	758kcal	kcal	kcal
たんぱく質		33.0g	31.6g	33.0g	g	g