

平成22年4月

# デイケアの献立(昼の常食)

メモ		4月12日	4月13日	4月14日	4月15日	4月16日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	御飯 味噌汁  やわらか炸鸡照焼き 粕和え 冷奴 果物  御飯 140g での栄養計算 です。	御飯 味噌汁  魚と野菜香味煮 サラダ ソミンチャンプル 果物	御飯 味噌汁  赤魚の粕漬け焼き 南瓜のサラダ 蓬蓮草胡麻和え フルーツ&ゼリー混	御飯 味噌汁  肉団子の煮物 マカロニサラダ 白菜パコ卵とじ 果物	海苔巻き  あんかけラーメン 枵入りとろろ ヨーグルトプリン
	おやつ	どらやき 牛乳(200mlパック) 211kcal	水ようかん 牛乳 223kcal	プリンアラモード 牛乳 231kcal	抹茶ゼリー 牛乳 176kcal	オレンジゼリー 牛乳 233kcal
エネルギー		729kcal	769kcal	760kcal	739kcal	813kcal
たんぱく質		27.0g	32.2g	31.3g	29.7g	30.0g