

平成22年5月

# デイケアの献立(昼の常食)

メモ		5月3日 月曜日	5月4日 火曜日	5月5日 水曜日	5月6日 木曜日	5月7日 金曜日
	<b>昼食</b>	御飯 味噌汁  炊き合わせ 冷奴 おろしあえ 果物  御飯 140g での栄養計算 です。	たけのこ御飯 味噌汁  豚肉じゃが 長芋の酢物 大根の粕煮 果物	御飯 味噌汁  親子煮 はんぺんフライ 大根おろし 漬物	御飯 味噌汁  豚肉のとろみ煮 小蕪マヨネーズ和え キャベツ味噌煮 果物	いなり寿司  月見うどん 南瓜の田楽 法蓮草かか和え 豆乳ルゾムース
	<b>おやつ</b>	ホットケーキ 牛乳(200mlパック) 329kcal	よもぎ餅風 牛乳 213kcal	鯛焼き 牛乳 211kcal	南瓜入りプリン 牛乳 243kcal	芋ようかん 牛乳 237kcal
エネルギー		851kcal	715kcal	782kcal	798kcal	733kcal
たんぱく質		27.9g	26.6g	27.8g	29.7g	28.2g