

平成22年5月

# デイケアの献立 (昼の常食)

メモ		5月10日	5月11日	5月12日	5月13日	5月14日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	御飯 味噌汁  カイのニンニク香焼き わらびの煮付け 白菜サラダ 果物  御飯 140g での栄養計算 です。	御飯 味噌汁  千草焼き キャベツとハムのサラダ 大根の煮物 果物	御飯 味噌汁  鮭の辛子マヨ焼き しらすのみぞれ和え 南瓜の田楽 果物	御飯 味噌汁  長芋と豚肉の炒め 人参の炒り煮 キャベツドレッシング和え 果物	押し寿司  醤油ラーメン さつま芋煮 黄粉ブラマンジェ 豆乳ルッヅムース
		おやつ	プリン 牛乳 (200mlパック) 259kcal	麦こがし饅頭 牛乳 211kcal	黒蜜ゼリー 牛乳 179kcal	いちじくのコンポート 牛乳 179kcal
エネルギー		801kcal	746kcal	782kcal	751kcal	889kcal
たんぱく質		35.2g	28.3g	30.4g	28.3g	30.4g