

平成22年5月

デイケアの献立(昼の常食)

メモ		5月24日	5月25日	5月26日	5月27日	5月28日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	御飯 味噌汁 湯葉の野菜あんかけ 法蓮草の華風和え 冷奴 果物 御飯 140g での栄養計算 です。	御飯 味噌汁 鯖のニク焼き 春雨サラダ ピ-スと匕の卵とじ 果物	御飯 味噌汁 厚揚げと豚肉煮物 南瓜のサラダ 青菜の胡麻和え 果物 (施設内小運動会)	御飯 味噌汁 味噌じゃが マカロニのドレッシング サラダ 白菜とピ-コン卵とじ 果物	おにぎり 煮込みラーメン インゲンのピ-カツ和え 黄粉入りプリン 果物
	おやつ	おはぎ(作る) 牛乳(200mlパック) kcal	おぼろか月 牛乳 202kcal	水ようかん 牛乳 223kcal	カルピスゼリー 牛乳 214kcal	人参のムース 牛乳 212kcal
エネルギー		747kcal	832kcal	789kcal	796kcal	842kcal
たんぱく質		28.4g	42.8g	26.7g	26.7g	31.9g