

平成22年7月

# デイケアの献立(昼の常食)

メモ		7月12日	7月13日	7月14日	7月15日	7月16日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	<b>昼食</b>	御飯 味噌汁  豚と茄子のオイスター炒 中華風酢物 わらびの煮付け 果物  軟ご飯 170g での栄養計算 です	おにぎり  サラダうどん 南瓜のミルク煮 華風くずもち 果物	御飯 味噌汁  鶏肉もろみ焼き そうめんのサラダ さつま芋煮 果物	御飯 味噌汁  銀鱈のいろつけ 長いもの酢物 じゃが芋きんぴら 果物	御飯 味噌汁  はんぺんの卵衣焼き 野菜のそぼろ煮 胡瓜の酢物 果物
	<b>おやつ</b>	シュークリーム 牛乳(200mlパック) 272kcal	人参パウンドゼリー 牛乳 166kcal	ケーキ 牛乳 329kcal	おろし林檎ゼリー 牛乳 168kcal	洋梨ゼリー 牛乳 168kcal
エネルギー		867kcal	663kcal	862kcal	773kcal	708kcal
たんぱく質		24.7g	24.4g	27.9g	25.1g	26.5g