

平成22年8月

デ イ ケ ア の 献 立 (昼の常食)

メモ		8月2日 月曜日	8月3日 火曜日	8月4日 水曜日	8月5日 木曜日	8月6日 金曜日
	昼 食	御飯 味噌汁 鯖のｶｰ香黄金焼 シーチキンサラダ 胡瓜の塩昆布和え 果物ミックス 軟ご飯 170g での栄養計算 です	御飯 味噌汁 ｽﾊﾟﾆｯｼｭﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ 白滝の煮付け 酢ずき 果物	御飯 味噌汁 豚肉と白菜の煮物 ｺｰﾝとｷｬﾍﾞﾂサラダ 里芋のずんだ和え 果物	御飯 味噌汁 赤魚の赤味噌焼き ふきの信田煮 マカロニサラダ 果物	海苔巻き 冷し中華 さつま芋ﾆｯﾁ風味 卵豆腐 桃のゼリー
	おやつ	シューアイス 牛乳 (200mlﾊﾟｯｸ) 228kcal	プリン 牛乳 205kcal	カルピスのゼリー 牛乳 175kcal	法蓮草プリン 牛乳 251kcal	黒糖くず餅 牛乳 159kcal
エネルギー		776kcal	777kcal	745kcal	852kcal	765kcal
たんぱく質		30.3g	33.3g	30.4g	34.3g	33.1g

ゆうゆうハウス