

平成22年8月

# デイケアの献立(昼の常食)

メモ		8月23日	8月24日	8月25日	8月26日	8月27日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	御飯 味噌汁  赤魚粕漬け焼き 冷奴 大根と人参炒り煮 果物  軟ご飯 170g での栄養計算 です	御飯 味噌汁  豚肉じゃが 五目きんぴら 春雨サラダ 果物	御飯 味噌汁  八宝菜風あんかけ 白滝炒り煮 長いもの酢物 果物	御飯 味噌汁  鯿の加-ムニエル ミモザ風サラダ 法蓮草お浸し 果物	御飯 味噌汁  卵とじ 煮物 大豆サラダ フルーツゼリー
	おやつ	モンシャーベット 牛乳(200mlパック) 228kcal	リンゴジュースゼリー 牛乳 174kcal	オレンジゼリー 牛乳 162kcal	洋梨ゼリー 牛乳 167kcal	シュークリーム 牛乳 272kcal
エネルギー		745kcal	714kcal	643kcal	649kcal	841kcal
たんぱく質		31.1g	22.6g	26.0g	30.9g	25.2g