

平成22年12月

デイケアの献立(昼の常食)

メモ		12月13日	12月14日	12月15日	12月16日	12月17日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	御飯 味噌汁 鯉の加ムニエル ミモザサラダ さつま芋きんぴら 果物 軟御飯 170g での栄養計算 です(米 60g)	御飯 味噌汁 鯖の洋風照り焼き 南瓜とカニサラダ 大根と牛肉の煮物 果物	御飯 味噌汁 パニッシュオムレツ 里芋煮 タコのおろし和え 果物	御飯 味噌汁 鮭の切身ソテー焼き 昆布入り五目金平 春雨サラダ 果物	菜飯おにぎり カレーうどん 大根の友禅漬 果物入り芋羊羹
	おやつ	今川焼き 牛乳(200mlパック) 195kcal	抹茶ムース 牛乳 254kcal	ショートケーキ 牛乳 417kcal	果物クラフティ 牛乳 292kcal	南瓜くずもち 牛乳 273kcal
エネルギー	計	742kcal	846kcal	931kcal	966kcal	682kcal
たんぱく質	計	31.9g	32.1g	39.5g	34.7g	23.4g