

平成22年12月

デイケアの献立(昼の常食)

メモ		12月20日	12月21日	12月22日	12月23日	12月24日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	御飯 味噌汁 豚肉の柳川煮 マカロニサラダ かぶらの白味噌煮 果物 軟御飯 170g での栄養計算 です(米 60g)	キムチ炒飯 味噌ラーメン べじのすけ フルーツゼリー	御飯 味噌汁 赤魚の粕漬け焼き 蒸鶏入和サラダ 炒り煮 果物	栗おこわ 味噌汁 炊き合わせ そうめんサラダ 胡麻和え 果物	御飯 味噌汁 鯖の味噌煮 いろとり 蒔の信田煮 果物
	おやつ	田舎パイ 牛乳(200mlパック) 217kcal	芋ようかん 牛乳 204kcal	パンプディング 牛乳 252kcal	やわらかおはぎ 牛乳 225kcal	ホップルにヨーグルト 牛乳 203kcal
エネルギー	計	801kcal	861kcal	775kcal	793kcal	715kcal
たんぱく質	計	29.0g	32.8g	34.8g	26.7g	31.5g