

平成22年12月

# デイケアの献立(昼の常食)

メモ		12月27日	12月28日	12月29日	12月30日	12月31日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	御飯 味噌汁  ほっけいろつけ キャベツ辛子和え 酒粕煮 果物  軟御飯 170g での栄養計算 です(米 60g)	御飯 味噌汁  鰯甘酢あんかけ 春雨サラダ さつま芋煮物 果物	御飯 味噌汁  鮭のフライ ゆとキャソテー 蕪のサラダ 果物	御飯 味噌汁  鯖の田楽 酢物 野菜のそぼろ煮 果物	休み
	おやつ	シュークリーム 牛乳(200mlパック) 272kcal	南瓜焼きプリン 牛乳 247kcal	小豆のゼリー 牛乳 232kcal	カステラクレープ 牛乳 327kcal	
エネルギー	計	755kcal	787kcal	936kcal	914kcal	
たんぱく質	計	29.0 g	32.8g	34.8g	26.7g	