

平成23年2月

デイケアの献立(昼の常食)

メモ		2月7日	2月8日	2月9日	2月10日	2月11日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	御飯 味噌汁 菊シュウマイ 大根の肉味噌炒め 酢物 果物 軟御飯 170g での栄養計算 です(米 60g)	御飯 味噌汁 鰯のマネズ 焼き 白菜朝鮮風漬物 大根と牛肉の煮物 果物	御飯 味噌汁 ｽﾊﾟﾝﾈｯｼｭｵﾑﾚｯｼﾞ 里芋の京風煮 タコのおろし和え 果物	御飯 味噌汁 鮭のﾁｷﾝﾄﾞﾚｯｼﾞ焼き 五目きんぴら 春雨サラダ 果物	いなり寿司 山菜うどん さつま芋の煮 豆腐寒天
	おやつ	シュークリーム 牛乳(200mlﾊﾟｯｸ) 272kcal	三色豆大福 牛乳 197kcal	野菜ジュースゼリー 牛乳 147kcal	抹茶ゼリー 牛乳 205kcal	彩りおはぎ 牛乳 213kcal
エネルギー	計	839kcal	770kcal	658kcal	879kcal	708kcal
たんぱく質	計	33.3g	33.2g	26.8g	33.4g	21.8g