

平成23年4月

# デイケアの献立 (昼の常食)

メモ		4月25日	4月26日	4月27日	4月28日	4月29日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	<b>昼食</b>	御飯 味噌汁  唐揚げ鰯あんかけ 野菜三色胡麻和え 大根の炒め煮 果物  御飯 150g での栄養計算 です(米 60g)	昆布のおにぎり  山菜そば 南瓜のピザ風 わらび餅風	御飯 味噌汁  かす鯉ミレイユ ｽﾊﾟﾞゲｯﾃィサラダ 大根のきんぴら 果物	御飯 味噌汁  豆腐豚肉味噌煮 冷しとろろ芋 白菜ﾌｻﾈ-ｽﾞ サラダ 果物	竹の子ご飯 味噌汁  千草焼き じゃが芋の炒り煮 法蓮草なめこ和え 果物
	<b>おやつ</b>	シュークリーム 牛乳(200mlﾊﾟｯｸ) 272kcal	モカ豆乳プリン 牛乳 236kcal	ジャムサンドパン 牛乳 202kcal	シフォンケーキ 牛乳 225kcal	桜小餅 牛乳 194kcal
エネルギー	計	859kcal	757kcal	717kcal	727kcal	696kcal
たんぱく質	計	29.9g	28.4g	30.2g	25.3g	29.8g