

平成23年5月

# デイケアの献立(昼の常食)

メモ		5月30日	5月31日	6月1日	6月2日	6月3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  鯖洋風照り焼き 南瓜とマカニサラダ 粕煮 果物  御飯 150g での栄養計算 です(米 60g)	御飯 味噌  豚肉生姜焼き 夏豆の卵とじ たこのおろし和え 果物	御飯 味噌汁  千草焼き 白菜の酢物 わらびの煮付け 果物	海苔巻き  山かけそば 南瓜のクリーム煮 蟹入りサラダ 果物	御飯 味噌汁  鮭のソテーソース添え お袋煮 イゲンピーナツ和え 果物
	<b>おやつ</b>	豆腐寒天 牛乳(200mlパック) 163kcal	抹茶蒸しパン 牛乳 250kcal	モカ豆乳プリン 牛乳 236kcal	カスタードシュークリーム 牛乳 272kcal	手作りおはぎ風 牛乳 211kcal
エネルギー	計	752kcal	742kcal	740kcal	886kcal	786kcal
たんぱく質	計	29.6g	28.8g	30.3g	28.5g	31.5g