

平成23年6月

# デイケアの献立 (昼の常食)

メモ		6月13日	6月14日	6月15日	6月16日	6月17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  菊しゅうまい 大根の味噌煮 胡瓜の酢物 果物  御飯 150g での栄養計算 です(米 60g)	御飯 味噌汁  鰯のマヨネーズ焼き 白菜朝鮮風漬物 大根と牛蒡の煮物 果物	御飯 味噌汁  鮭のムニエル辛子ソース添 青菜と湯葉の和え物 野菜の粕煮 果物	御飯 味噌汁  豚肉のピザ風 蓬蓮草の胡麻和え 田舎煮 果物	いなり寿司  山菜うどん 冷奴 さつまいものクリーム煮 フルーツ
	<b>おやつ</b>	黒糖饅頭 牛乳(200mlパック) 286kcal	小豆入り蒸しパン 牛乳 226kcal	ショートケーキ 牛乳 317kcal	よもぎ餅風 牛乳 194kcal	わらび餅 牛乳 200kcal
エネルギー	計	824kcal	793kcal	978kcal	799kcal	743kcal
たんぱく質	計	33.4g	33.4g	32.5g	31.6g	24.0g