

平成23年7月

デイケアの献立(昼の常食)

メモ		7月18日	7月19日	7月20日	7月21日	7月22日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	ご飯 味噌汁 菊シュウマイ 茄子揚げ煮 胡瓜の酢物 果物 御飯 150g での栄養計算 です(米 60g)	ご飯 味噌汁 鮭のマネズ 焼き 白菜朝鮮風漬物 大根牛肉煮物 果物	ご飯 味噌汁 加工鰯甘酢あんかけ 7月 マネズ サラダ 白菜粕煮 果物	ご飯 味噌汁 ウナギ蒲焼 炊き合わせ 蓬蓮草胡麻和え 冷奴 果物	サラダ巻き 冷しとろろそば 南瓜ミルク煮 枝豆 豆腐寒天
	おやつ	アイスクリーム 牛乳(200mlパック) 225kcal	黒糖くず餅 牛乳 164kcal	ショートケーキ 牛乳 417kcal	野菜蒸しパン 牛乳 195kcal	シュークリーム 牛乳 272kcal
エネルギー	計	754kcal	794cal	940kcal	785kcal	807kcal
たんぱく質	計	31.7g	31.8g	34.8g	34.2g	28.2g