

平成23年7月

デイケアの献立(昼の常食)

メモ		7月25日	7月26日	7月27日	7月28日	7月29日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	ご飯 味噌汁 いり鶏 茄子のオランダ煮 春雨サラダ 果物 御飯 150g での栄養計算 です(米 60g)	ご飯 味噌汁 鯖の照り焼き キャベツの酢物 とろみおでん 果物	ご飯 味噌汁 加え鰯の黄金焼き おふくろ煮 野菜の梅しゃぶ風 果物	ご飯 味噌汁 八宝菜 長芋なめこの酢物 冷奴 果物	いなり寿司 サラダうどん 南瓜のミルク煮 くずもちと果物華風
	おやつ	冷しぜんざい風 牛乳(200mlパック) 225kcal	芋ようかん 牛乳 164kcal	トマトとリンゴのゼリー 牛乳 417kcal	モカ豆乳プリン 牛乳 195kcal	黒糖饅頭 牛乳 272kcal
エネルギー	計	758kcal	778cal	679kcal	758kcal	815kcal
たんぱく質	計	24.5g	33.6g	32.3g	31.2g	28.2g