

平成23年8月

デイケアの献立 (昼の常食)

メモ		8月8日	8月9日	8月10日	8月11日	8月12日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	ご飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き 茄子の田楽 タコのおろし和え 果物 御飯 150g での栄養計算 です(米 60g)	茗荷ご飯 冷しうどん 枝豆 たこ焼き フルーツカクテル	ご飯 味噌汁 鯖の洋風照り焼き そうめんサラダ 白菜の粕煮 果物	ご飯 味噌汁 豆腐とエビの蒸物 大豆サラダ ｽｸﾗﾝﾌﾞﾙｴｯｸﾞ フルーツポンチ	ご飯 味噌汁 酢豚 青菜と寒天和え物 山菜の煮付け 果物
	おやつ	桃のクラフティ 牛乳(200mlパック) 240kcal	黒糖饅頭 牛乳 283kcal	洋梨ゼリー 牛乳 167kcal	サンドイッチ 牛乳 202kcal	わらび餅 牛乳 217kcal
エネルギー	計	739kcal	667cal	740kcal	851kcal	789kcal
たんぱく質	計	26.8g	25.7g	29.4g	33.0g	24.4g