

平成23年9月

デイケアの献立(昼の常食)

メモ		9月26日	9月27日	9月28日	9月29日	9月30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 友禅豆腐 大根の甘酢和え 果物 <small>御飯 150g での栄養計算 です(米 60g)</small>	ご飯 味噌汁 鮭の照り焼き 長芋梅味サラダ じゃが芋牛肉煮物 果物	ご飯 味噌汁 ｶｽﾞ鯉甘酢あんかけ 卵サラダ 大根の粕煮 果物	ご飯 味噌汁 豚肉じゃが 長いもの酢物 寄せ湯葉けんちん 果物	巻き寿司 とろろそば 南瓜のピザ風 果物ヨーグルト和え
	おやつ	小豆入り蒸しパン 牛乳(200mlパック) 207kcal	豆乳ムース 牛乳 237kcal	芋ようかん 牛乳 229kcal	あんぱん 牛乳 242kcal	シュークリーム 牛乳 272kcal
エネルギー	計	785kcal	811cal	751kcal	797kcal	787kcal
たんぱく質	計	33.4g	33.6g	32.7g	30.0g	28.3g