


平成24年1月

デイケアの献立 (昼の常食)

| メモ | | 1月2日 月曜日 | 1月3日 火曜日 | 1月4日 水曜日 | 1月5日 木曜日 | 1月6日 金曜日 |
|---|-----|--|-------------|--|--|--|
| 今年もよろしくお願ひします  | 昼食 | 休みです 御飯 150g での栄養計算 です (米 60g) | 休みです | ご飯 味噌汁 盛り合わせ 湯豆腐 あちゃら蕪 果物 | 手まり寿司 山菜うどん サーモン錦糸巻き パンブデング 果物 | ご飯 味噌汁 鯖の洋風照り焼き 南瓜サラダ 大根と牛肉の煮物 果物 |
| | おやつ | | | 和菓子 牛乳 kcal | ぜんざい 牛乳 kcal | 抹茶ムース 牛乳 kcal |
| エネルギー | 計 | | | 661kcal | 840kcal | 884kcal |
| たんぱく質 | 計 | | | 26.9g | 35.1g | 34.5g |