

平成24年1月

デイケアの献立 (昼の常食)

メモ		1月30日	1月31日	2月1日	2月2日	2月3日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	ご飯 味噌汁 鶏肉のから揚げ 春雨サラダ 田作り 果物 御飯 150g での栄養計算 です(米 60g)	ご飯 味噌汁 焼肉 炒り豆腐 長芋の甘酢和え 果物	ご飯 味噌汁 肉団子の煮物 フルーツおろし和え 菜の花にしん 果物	ご飯 味噌汁 海老カツフライ 法蓮草お浸し 蓮根のきんぴら 果物	おぼろ昆布巻寿司 カレーうどん 野菜ささみ三杯酢和 フルーツポンチ
	おやつ	黒糖饅頭 牛乳(200mlパック) 254kcal	わらび餅 牛乳 213kcal	ぜんざい 牛乳 211kcal	あんパン 牛乳 213kcal	ムース大福 牛乳 230kcal
エネルギー	計	924kcal	766cal	730kcal	832kcal	891kcal
たんぱく質	計	32.0 kg	29.4g	32.2g	25.2g	32.9g