

平成24年2月

デイケアの献立(昼の軟食)

メモ		2月6日	2月7日	2月8日	2月9日	2月10日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	ご飯 味噌汁 豚肉じゃが カニかまサラダ 田舎煮 果物 御飯 150g での栄養計算 です(米 60g)	ご飯 味噌汁 豆腐エビ蒸し物 たこのおろし和え 里芋といか煮物 果物	いなり寿司 にしんそば 大根の酢物 いちじくのコンポート	ご飯 味噌汁 豆腐と豚肉の煮物 みぞれ酢和え さつま芋煮つけ 果物	ご飯 味噌汁 赤魚あんかけ キャベツの華風酢物 大根の味噌煮 果物
	おやつ	豆乳プリン 牛乳(200mlパック) 183kcal	豆腐寒天 牛乳 163kcal	クリームパン 牛乳 248kcal	パンプディング 牛乳 250kcal	芋ようかん 牛乳 231kcal
エネルギー	計	710kcal	757cal	718kcal	762kcal	686kcal
たんぱく質	計	23.8kg	32.6g	30.7g	29.0g	28.5g