

平成24年3月

デイケアの献立 (昼の軟食)

メモ		3月12日	3月13日	3月14日	3月15日	3月16日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	ご飯 味噌汁 鮭の柚庵焼き 春雨サラダ 粕煮 果物 御飯 150g での栄養計算 です(米 60g)	五穀いなり寿司 山かけそば 枝豆 フルーツポンチ	ご飯 味噌汁 豚肉じゃが 法蓮草胡麻和え 五目厚焼き卵 果物	ご飯 味噌汁 赤魚中華あんかけ ｷﾞﾊﾟｯの華風酢物 長芋のそぼろあん 果物	ご飯 味噌汁 豆腐と海老の蒸物 カニサラダ 田舎煮 果物
	おやつ	あんぱん 牛乳(200mlﾊﾟｯｸ) 213kcal	芋ようかん 牛乳 244kcal	シュークリーム 牛乳 272kcal	桜こもち 牛乳 194kcal	パンプディング 牛乳 250kcal
エネルギー	計	705kcal	603cal	623kcal	610kcal	623kcal
たんぱく質	計	28.8kg	23.8g	24.7g	28.9g	20.9g