

平成24年3月

# デイケアの献立 (昼の軟食)

メモ		3月19日	3月20日	3月21日	3月22日	3月23日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	<b>昼食</b>	ご飯 味噌汁  炒り鶏 白菜胡麻酢和え 豆腐の山路あん 果物  御飯 150g での栄養計算 です(米 60g)	ご飯 味噌汁  鶏肉のピザ風 法蓮草胡麻和え 大根の酢物 果物	おにぎり  ちやんぼん麺 長芋サラダ 杏仁豆腐	ご飯 味噌汁  鰯の黄金焼き 南瓜のピ-カツサラダ 大根と牛肉煮 果物	ご飯 味噌汁  八宝菜 春雨サラダ きのこころろ和え いちじくコンポート
	<b>おやつ</b>	今川焼き 牛乳(200mlパック) 195kcal	桜こもち 牛乳 194kcal	ショートケーキ 牛乳 417kcal	洋梨のゼリー寄せ 牛乳 167kcal	芋ようかん 牛乳 231kcal
エネルギー	計	741kcal	740cal	912kcal	706kcal	771kcal
たんぱく質	計	28.7kg	27.6g	30.9g	28.0g	28.4g