

平成24年4月

デイケアの献立 (昼の軟食)

メモ		4月2日	4月3日	4月4日	4月5日	4月6日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	ご飯 味噌汁 肉じゃが 擬製豆腐 大根の和風サラダ 果物 御飯 150g での栄養計算 です(米 60g)	ご飯 味噌汁 鰯の中華あんかけ そうめんサラダ のっぺい風煮 果物	ご飯 味噌汁 鮭の照り焼き 菜の花辛子和え 寄せ湯葉けんちん 果物	あなご巻き かき揚げうどん サミと野菜酢物 カクテルフルーツ 果物	ご飯 味噌汁 酢豚 青菜と糸寒天和え物 山菜の煮つけ 果物
	おやつ	シュークリーム 牛乳(200mlパック) 272kcal	モカ豆乳プリン 牛乳 239kcal	リンゴゼリー 牛乳 177kcal	桜こもち 牛乳 194kcal	ドームケーキ 牛乳 232kcal
エネルギー	計	843kcal	729cal	729kcal	607kcal	812kcal
たんぱく質	計	29.8kg	31.4g	35.2g	20.6g	26.2g