

平成24年4月

デイケアの献立 (昼の軟食)

メモ		4月9日	4月10日	4月11日	4月12日	4月13日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	ご飯 味噌汁 鰯の中華あんかけ 卵サラダ 白菜粕煮 果物 御飯 150g での栄養計算 です(米 60g)	ご飯 味噌汁 エビカツ お浸し 蓮根のきんぴら 果物	おにぎり あんかけラーメン ｷﾞｯの友禅漬け フルーツポンチ	ご飯 味噌汁 厚揚げと豚肉味噌炒 ひじきの梅サラダ 長芋の山葵和え 果物	ご飯 味噌汁 和風豆腐ハンバーグ 玉葱の卵とじ 長芋なめこ酢和え 果物
	おやつ	わらび餅 牛乳(200mlﾊﾟｯｸ) 217kcal	洋梨ゼリー 牛乳 167kcal	今川焼き 牛乳 195kcal	シュークリーム 牛乳 272kcal	芋ようかん 牛乳 244kcal
エネルギー	計	727kcal	744cal	613kcal	809kcal	710kcal
たんぱく質	計	31.5kg	25.9g	25.1g	26.5g	22.1g