

平成24年5月

# デイケアの献立 (昼の軟食)

メモ		5月14日	5月15日	5月16日	5月17日	5月18日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	ご飯 味噌汁  グラタンコロッケ お浸し 蓮根のきんぴら 果物  御飯 150g での栄養計算 です(米 60g)	おにぎり  あんかけラーメン 春キャベツ友禅漬け フルーツポンチ	ご飯 味噌汁  厚揚げと豚肉の味噌煮 ヒジキと大根サラダ 南瓜のいとこ煮 果物	ご飯 味噌汁  和豆腐ハンバーグ 卵とじ 白菜の酢の物 フルーツ	ご飯 味噌汁  魚の甘酢あんかけ 卵サラダ 粕煮 果物
	おやつ	今川焼き 牛乳(200mlパック) 195kcal	ミルクヒーゼリー 牛乳 184kcal	ジュース  36kcal	やわらかおはぎ 牛乳 222kcal	よもぎ入り蒸パン 牛乳 205kcal
エネルギー	計	784kcal	604cal	613kcal	691kcal	721kcal
たんぱく質	計	22.1kg	23.8g	19.6g	22.1g	33.3 g