

平成24年6月

デイケアの献立 (昼の軟食)

メモ		6月4日	6月5日	6月6日	6月7日	6月8日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	えんどう豆ご飯 味噌汁 肉じゃが 長いもなめこ酢物 大根と卵のサラダ 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 海老ぎょうざ 牛乳寒	ご飯 味噌汁 鶏肉の梅ソース 切干大根の煮物 大根胡瓜の酢物 果物	ご飯 味噌汁 鮭にエリタケソース添え いろとり 野菜のそぼろ煮 果物	ご飯 味噌汁 はんぺんのフリッター 長芋たたきサラダ オクラの胡麻和え 果物
	おやつ	フルーツサンド 牛乳(200mlパック) 200kcal	カルピスゼリー 牛乳 167kcal	わらび餅 牛乳 217kcal	南瓜ぜんざいプリン 牛乳 205kcal	手作りカステラクレープ 牛乳 327kcal
エネルギー	計	754kcal	675kcal	745kcal	835kcal	898kcal
たんぱく質	計	28.7kg	25.3g	25.4g	31.9g	25.2 g