

平成24年6月

デイケアの献立 (昼の軟食)

| メモ | | 6月11日 | 6月12日 | 6月13日 | 6月14日 | 6月15日 |
|-------|------------|--|---|---|---|---|
| | | 月曜日 | 火曜日 | 水曜日 | 木曜日 | 金曜日 |
| | 昼食 | ご飯 味噌汁 鮭のマヨネーズ焼き 菜花の辛子和え 炒り豆腐 果物 御飯 150g での栄養計算 です(米 60g) | ご飯 味噌汁 赤魚の華風あんかけ 素麺サラダ のっぺい風煮 果物 | ご飯 味噌汁 ホーウキのきのことろろ 山菜の煮物 大根の和風サラダ 果物 | ご飯 味噌汁 酢豚 青菜と糸寒天和物 白滝の炒り煮 果物 | サラダ巻き いなりうどん 長芋のサラダ フルーツくずきり |
| | おやつ | 和菓子 牛乳 (200mlパック) 204kcal | やわらかおはぎ 牛乳 222kcal | ミルクヒーゼリー 牛乳 184kcal | 豆腐寒天 牛乳 163kcal | 抹茶ゼリー 牛乳 192kcal |
| エネルギー | 計 | 802kcal | 700kcal | 691kcal | 708kcal | 680kcal |
| たんぱく質 | 計 | 41.4kg | 28.9g | 24.8g | 23.0g | 26.1 g |