

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 ホーケテキのごろす 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