

平成24年6月

デイケアの献立 (昼の軟食)

メモ		6月18日	6月19日	6月20日	6月21日	6月22日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	ご飯 味噌汁 鶏照焼き胡麻風味 ひじき入サラダ いなか煮 果物 御飯 150g での栄養計算 です(米 60g)	おにぎり 焼きにしんそば 菜花の辛子和え フルーツポンチ	ご飯 味噌汁 豆腐ハンバーグ 卵とじ 白菜の酢物 果物	ご飯 味噌汁 鰯甘酢あんかけ 卵サラダ 大根粕煮 果物	ご飯 味噌汁 根菜ごった煮 コールド-サラダ 南瓜の煮物 小倉杏仁
	おやつ	ミルク黒糖葛餅 牛乳(200mlパック) 222kcal	和菓子 牛乳 204kcal	チーズケーキ(誕生会) 牛乳 326kcal	シュークリーム 牛乳 272kcal	フルーツサンド 牛乳 200kcal
エネルギー	計	780kcal	628kcal	795kcal	771kcal	802kcal
たんぱく質	計	25.7kg	27.1g	23.6g	33.0g	26.7 g