

平成24年7月

デイケアの献立 (昼の軟食)

メモ		7月2日	7月3日	7月4日	7月5日	7月6日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	ご飯 味噌汁 根菜のごった煮 胡麻酢和え 友禅豆腐 果物 御飯 150g での栄養計算 です(米 60g)	押し寿司鱒 七夕そうめん 湯葉饅頭の煮物 枇杷ゼリー	ご飯 味噌汁 魚のニールカ-風味 南瓜サラダ 大根と牛肉の煮物 果物	ご飯 味噌汁 八宝菜 マカロニサラダ きのことろろ和え いちじくのコンポート	ご飯 味噌汁 豚肉味噌漬け焼き 白滝の炒り煮 小蕪のサラダ 果物 七夕ゼリー
	おやつ	わらび餅 牛乳(200mlパック) 226kcal	ミルクくず餅風 牛乳 204kcal	カルピスゼリー 牛乳 167kcal	ガルツァンドイチ 牛乳 200kcal	南瓜プリン 牛乳 214kcal
エネルギー	計	774kcal	659kcal	715kcal	696kcal	727kcal
たんぱく質	計	28.7kg	23.4g	29.7g	25.8g	25.6g