

平成24年7月

デイケアの献立(昼の常食)

メモ		7月30日	7月31日	8月1日	8月2日	8月3日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	ご飯 味噌汁 八宝菜 中華風酢の物 野菜そぼろ煮 果物 御飯 150g での栄養計算 です(米 60g)	ご飯 味噌汁 豆腐と海老の蒸物 蟹かまサラダ 田舎煮 果物	おにぎり そうめん 枝豆 南瓜の鶏あんかけ フルーツきり	ご飯 味噌汁 肉豆腐 ところてん 冬瓜の海老あん 果物	ご飯 味噌汁 鮭のムニエル 春雨サラダ 茄子の煮物 果物
	おやつ	プリン 牛乳(200mlパック) 194kcal	カルピスゼリー 牛乳 167kcal	豆乳黒豆寒天 牛乳 170kcal	南瓜ようかん 牛乳 203kcal	しっとりどらやき 牛乳 240kcal
エネルギー	計	729kcal	704kcal	624kcal	795kcal	907kcal
たんぱく質	計	28.6kg	21.3g	22.2g	27.9g	35.3g