

平成24年9月

# デイケアの献立(昼の常食)

メモ		9月3日	9月4日	9月5日	9月6日	9月7日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	<b>昼食</b>	ご飯 味噌汁  菜ごもり卵 中華風酢の物 野菜そぼろ煮 果物  御飯 130g での栄養計算 です(米 60g)	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  ポークソテー 蟹かまサラダ 田舎煮 果物	巻き寿司  冷しとろろそば 南瓜のミルク煮 枝豆 豆腐寒天	ご飯 味噌汁  鮭のムニエル 春雨サラダ 茄子の煮物 果物
	<b>おやつ</b>	どら焼き 牛乳(200mlパック) 238kcal	フルーツサンド 牛乳 200kcal	金時入りみつ豆 牛乳 198kcal	カスタードプリン 牛乳 183kcal	ミルコヒーゼリー 牛乳 184kcal
エネルギー	計	731kcal	654kcal	753kcal	705kcal	739kcal
たんぱく質	計	26.0kg	27.5g	26.9g	27.1g	28.6g