

平成24年9月

# デイケアの献立(昼の常食)

メモ		9月10日	9月11日	9月12日	9月13日	9月14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  豆腐のとろみ煮 マカロニサラダ きのこのとろろ和 無花果コンポート  御飯 130g での栄養計算 です(米 60g)	ご飯 味噌汁  豚肉じゃが 白菜の胡麻酢和え 冬瓜の海老あん煮 果物	ご飯 味噌汁  豚肉味噌漬け焼き 白滝炒り煮 小蕪のサラダ 果物	ご飯 味噌汁  かつおの黄金焼き 南瓜のサラダ 大根と牛肉の煮物 果物	おにぎり  ラーメン 海老餃子 桃入りゼリー
	<b>おやつ</b>	どら焼き 牛乳(200mlパック) 268kcal	ミルクようかん 牛乳 215kcal	黒糖葛餅栗入り 牛乳 176kcal	お米のタルト 牛乳 222kcal	わらび餅 牛乳 213kcal
エネルギー	計	784kcal	708kcal	690kcal	756kcal	674kcal
たんぱく質	計	28.2kg	27.3g	25.2g	31.5g	23.4g