

平成24年9月 **デイケアの献立(昼の常食)**

メモ		9月17日	9月18日	9月19日	9月20日	9月21日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	<b>昼食</b>	松茸ご飯 味噌汁  炊き合わせ 白菜中華風酢物 卵とじ 漬物  御飯 130g での栄養計算 です(米 60g)	ご飯 味噌汁  鮭マネズ 焼き 菜花の辛子和え 長芋の甘酢和え 果物	ご飯 味噌汁  酢豚 青菜と寒天和え物 冬瓜の蟹あん 果物	ご飯 味噌汁  赤魚中華あんかけ 素麺のサラダ のっぺい風煮 果物	海苔巻き  月見うどん 里芋ずんだ和え フルーツヨーグルト
	<b>おやつ</b>	きんつば 牛乳(200mlパック) 222kcal	黒糖葛餅 牛乳 242kcal	カルピスゼリー 牛乳 167kcal	豆腐寒天 牛乳 163kcal	芋ようかん 牛乳 261kcal
エネルギー	計	693kcal	732kcal	731kcal	645kcal	729kcal
たんぱく質	計	27.8kg	30.7g	23.9g	27.7g	28.5g