

平成24年11月

# デイケアの献立 (昼の常食)

メモ		11月12日	11月13日	11月14日	11月15日	11月16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  鮭のムニエル 春雨サラダ 大根の煮物 果物  御飯 130g での栄養計算 です (米 60g)	ご飯 味噌汁  すごもり卵 中華風酢物 野菜のそぼろ煮 果物	ご飯 味噌汁  肉豆腐 かにかまサラダ 田舎煮 果物	おにぎり  いなりうどん 大学芋 豆腐寒天	ご飯 味噌汁  鶏肉のコーンソース焼き 山吹和え さつま芋の煮物 果物
	<b>おやつ</b>	南瓜ようかん 牛乳 (200mlパック) 214kcal	ミルクくず餅風 牛乳 204kcal	洋梨入りゼリー 牛乳 167kcal	どらやき 牛乳 238kcal	カルピスゼリー 牛乳 167kcal
エネルギー	計	824kcal	726kcal	715kcal	801kcal	763kcal
たんぱく質	計	31.0kg	28.7g	25.4g	24.3g	26.5g