

平成24年11月 **デイケアの献立(昼の常食)**

メモ		11月26日	11月27日	11月28日	11月29日	11月30日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	ご飯 味噌汁 赤魚粕漬け焼き 白菜の酢物 炒り豆腐 果物 御飯 130g での栄養計算 です(米 60g)	ご飯 味噌汁 酢豚 青菜寒天なめこ和 冬瓜の加あんかけ 果物	ご飯 味噌汁 鮭のマネズ 焼き 白菜しめじ南蛮漬 長芋の甘酢和え 果物	のり巻き やまかけそば 白菜の友禅和え さつま芋重ね煮	ご飯 味噌汁 魚の中華あんかけ そうめんサラダ のっぺい風煮 果物
	おやつ	シュークリーム 牛乳(200mlパック) 272kcal	ミルクようかん 牛乳 215kcal	ケーキ(誕生会) 牛乳 417kcal	黒糖葛餅風 牛乳 242kcal	カステラクレープ 牛乳 327kcal
エネルギー	計	758kcal	793kcal	985kcal	713kcal	830kcal
たんぱく質	計	33.4kg	25.5g	33.0g	22.4g	31.5g