

平成25年1月 **デイケアの献立(昼の常食)**

メモ		1月14日	1月15日	1月16日	1月17日	1月18日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	金時豆おこわ 味噌汁 炊き合わせ 法蓮草お浸し 春雨と卵の炒物 果物 御飯 130g での栄養計算 です(米 60g)	ご飯 味噌汁 クリーム煮 フルーツおろし和え 煮南瓜 果物	ご飯 味噌汁 鶏肉の味噌焼き キヤベツ酢物 五目きんぴら 果物	ご飯 味噌汁 根菜のごった煮 春雨酢物 南瓜の田楽 果物	五穀おにぎり 野菜ラーメン しらす入りおろし 南瓜豆乳プリン
	おやつ	饅頭 牛乳(200mlパック) 230kcal	どら焼き 牛乳 238kcal	おはぎ風 牛乳 365kcal	さつま芋デザート 牛乳 242kcal	ムース大福 牛乳 230kcal
エネルギー	計	791kcal	756kcal	896kcal	814kcal	718kcal
たんぱく質	計	26.5kg	23.4g	30.0g	26.5g	26.9g