

平成25年2月 **デイケアの献立(昼の常食)**

メモ		2月11日	2月12日	2月13日	2月14日	2月15日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	ご飯 味噌汁 鮭の照り焼き キャベツ華風酢物 炒り豆腐 果物 御飯 130g での栄養計算 です(米 60g)	ご飯 味噌汁 赤魚甘酢あんかけ 春雨サラダ 法蓮草和え物 果物	ご飯 味噌汁 鮭の粕漬け焼き かぶらあんかけ 南瓜のサラダ 果物	ご飯 味噌汁 ほっけ魚いろつけ 白菜の醤油漬け 野菜そぼろ煮 チョコレートプリン	梅おにぎり 月見うどん たこ焼き フルーツカクテル
	おやつ	黒豆入りみゆ餅 牛乳(200mlパック) 234kcal	人参入り蒸パン 牛乳 244kcal	林檎ババロア 牛乳 213kcal	和菓子 牛乳 204kcal	南瓜豆乳プリン 牛乳 243kcal
エネルギー	計	801kcal	777kcal	813kcal	708kcal	745kcal
たんぱく質	計	36.2kg	31.3g	32.9g	27.9g	28.0g