

平成25年2月

# デイケアの献立 (昼の常食)

メモ		2月25日	2月26日	2月27日	2月28日	3月1日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	ご飯 味噌汁  親子煮 法蓮草胡麻和え 南瓜のサラダ 果物  御飯 130g での栄養計算 です(米 60g)	おにぎり  煮込みうどん 野菜ささみ三杯酢 豆腐寒天よせ	ご飯 味噌汁  豆腐と海老の蒸物 白菜の中華風酢物 野菜のそぼろ煮 果物	ご飯 味噌汁  鮭の柚庵焼き 春雨サラダ 大根と牛肉の煮物 果物	ご飯 味噌汁  すき焼き風煮 蟹かまサラダ 田舎煮 果物
	おやつ	蜂蜜生姜ゼリー 牛乳(200mlパック) 172kcal	豆乳チーズケーキ 牛乳 230kcal	たまごボーロ 牛乳 171kcal	小倉蒸しパン 牛乳 267kcal	桃のクラフティ 牛乳 240kcal
エネルギー	計	711kcal	682kcal	690kcal	862kcal	802kcal
たんぱく質	計	25.7g	28.1g	23.9g	31.4g	29.8g