

平成25年4月

デイケアの献立 (昼の常食)

メモ		4月1日	4月2日	4月3日	4月4日	4月5日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	ご飯 味噌汁 卵とじ 中華風酢物 野菜そぼろ煮 果物 御飯 130g での栄養計算 です(米 60g)	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	刊入のおにぎり 春野菜カレーうどん ささみの三杯酢和 豆腐寒天	ご飯 味噌汁 すきやき風煮 かにかまサラダ 田舎煮 果物	ご飯 味噌汁 親子煮 法蓮草の胡麻和え 南瓜のサラダ 果物
	おやつ	ミルクようかん 牛乳(200mlパック) 205kcal	黒豆入ミルク餅風 牛乳 226kcal	南瓜の蒸パン 牛乳 252kcal	ピーチババロア 牛乳 216kcal	抹茶ゼリー 牛乳 158kcal
エネルギー	計	754kcal	829kcal	690kcal	736kcal	703kcal
たんぱく質	計	30.3g	31.3g	26.0g	28.7g	26.7g