

平成25年4月

デイケアの献立(昼の常食)

メモ		4月8日	4月9日	4月10日	4月11日	4月12日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	ご飯 味噌汁 肉じゃが 友禅豆腐 朝鮮風漬物 果物 御飯 130g での栄養計算 です(米 60g)	ご飯 味噌汁 豆腐のトロミ煮 マカロニサラダ とろろ和え 無花果コンポート	ご飯 味噌汁 鰯の黄金焼き 切干大根の煮物 南瓜のサラダ 果物	ご飯 味噌汁 豆腐の蒸し物 青菜と寒天の和物 南瓜のそぼろ煮 果物	五穀いなり寿司 オム焼きそば 豆腐のサラダ 葛餅入りポンチ
	おやつ	よもぎ蒸パン 牛乳(200mlパック) 246kcal	ミルクヒゼリー 牛乳 202kcal	林檎ババロア 牛乳 213kcal	蜂蜜生姜ゼリー 牛乳 172kcal	抹茶ういろう 牛乳 199kcal
エネルギー	計	742kcal	729kcal	772kcal	689kcal	703kcal
たんぱく質	計	26.8kg	29.3g	34.9g	28.7g	26.7g