

平成25年4月

デイケアの献立 (昼の常食)

メモ		4月15日	4月16日	4月17日	4月18日	4月19日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	ご飯 味噌汁 すき焼き風煮 ミモザサラダ 蓮根のきんぴら 果物 御飯 130g での栄養計算 です(米 60g)	ご飯 味噌汁 鰯の中華あんかけ 春菊の胡麻和え 南瓜の田楽 果物	ご飯 味噌汁 いり鶏 豆腐入すりみ焼き 菜の花辛子和え 林檎ババロア	ご飯 味噌汁 鯖の柚庵焼き そうめんサラダ のっぺい風煮 果物	おにぎり 月見うどん フルーツおろし和え 杏仁豆腐
	おやつ	桃のクラフティ 牛乳(200mlパック) 229kcal	洋梨入りゼリー 牛乳 167kcal	ショートケーキ 牛乳 312kcal	焼きプリン 牛乳 243kcal	彩り豆ようかん風 牛乳 256kcal
エネルギー	計	824kcal	642kcal	924kcal	749kcal	672kcal
たんぱく質	計	31.3g	28.1g	32.2g	31.5g	28.4g