

平成25年4月

# デイケアの献立 (昼の常食)

メモ		4月29日	4月30日	5月1日	5月2日	5月3日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	ご飯 味噌汁  厚揚げ肉の味噌煮 ひじきの梅 <sup>マネズ</sup> 和 海老ギョウザ 果物  御飯 130g での栄養計算 です (米 60g)	ご飯 味噌汁  魚のピカタ 北海煮 マカロニサラダ 果物	五穀米おにぎり  杓 <sup>シ</sup> ラーメン風 おろし和え 南瓜豆乳プリン	ご飯 味噌汁  ス <sup>パ</sup> ニッシュハンバ <sup>グ</sup> - 大根の酢物 五目きんぴら 果物	赤飯 味噌汁  炊き合わせ なめこおろし 漬物 果物
	おやつ	桜もち 牛乳 (200ml <sup>パ</sup> ック) 194kcal	フルーツサンド 牛乳 202kcal	豆腐寒天 牛乳 163kcal	黒豆よもぎ蒸パン 牛乳 270kcal	まんじゅう 牛乳 230kcal
エネルギー	計	788kcal	791kcal	868kcal	927kcal	807kcal
たんぱく質	計	28.7kg	37.3g	34.4g	38.4g	23.1g