

平成25年5月

デイケアの献立(昼の常食)

メモ		5月6日	5月7日	5月8日	5月9日	5月10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)	ご飯 味噌汁 すき焼き風煮 カニカマサラダ 田舎煮 果物	ご飯 味噌汁 豆腐のトコ煮 中華風酢の物 野菜のそぼろ煮 果物	ご飯 味噌汁 鮭の味噌風味焼き 春雨サラダ スナップエンドウ炒め 果物	巻き寿司 とろろ山菜そば 野菜の三杯酢 冷奴 杏仁豆腐
	おやつ	人参&リンゴゼリー 牛乳(200mlパック) 170kcal	黒糖プリン 牛乳 223kcal	豆腐チーズケーキ 牛乳 230kcal	カルピスゼリー 牛乳 162kcal	抹茶ようかん 牛乳 239kcal
エネルギー	計	715kcal	785kcal	804kcal	769kcal	785kcal
たんぱく質	計	26.7g	29.8g	35.9g	34.1g	34.4g