

平成25年5月

デイケアの献立(昼の常食)

メモ		5月20日	5月21日	5月22日	5月23日	5月24日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	ご飯 味噌汁 魚中華あんかけ 青菜胡麻和え 南瓜の田楽 果物 御飯 130g での栄養計算 です(米 60g)	ご飯 味噌汁 豚肉ピザ風 ミモザ風サラダ 露の信田煮 果物	ご飯 味噌汁 鯖の山椒風味焼き そうめんサラダ のっぺい風煮 果物	ご飯 味噌汁 鶏肉パン粉焼き 粕煮 菜の花の辛子和え 果物	刊メ入おにぎり 味噌ラーメン おろし和え フルーツヨーグルト
	おやつ	桜もち 牛乳(200mlパック) 194kcal	洋梨入りゼリー 牛乳 167kcal	ケーキ 牛乳 293kcal	バナナ蒸パン 牛乳 246kcal	抹茶ゼリー 牛乳 158kcal
エネルギー	計	681kcal	858kcal	828kcal	838kcal	845kcal
たんぱく質	計	29.5g	35.1g	31.9g	30.2g	35.6g