

平成25年5月 **デイケアの献立(昼の常食)**

メモ		5月27日	5月28日	5月29日	5月30日	5月31日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	ご飯 味噌汁 魚甘酢あんかけ 春雨サラダ 蓬蓮草胡麻和え 果物 御飯 130g での栄養計算 です(米 60g)	しらす混おにぎり いなりうどん 蕪いるとり フルーツカクテル	ご飯 味噌汁 鮭クリームソースかけ キヤベツサラダ 野菜そぼろ煮 果物	ご飯 味噌汁 鶏肉チーズ焼き 中華風酢物 春雨と卵の炒め物 果物	ご飯 味噌汁 赤魚粕漬け焼き 新じゃがの煮物 南瓜サラダ 果物
	おやつ	パンプディング 牛乳(200mlパック) 241kcal	りんごババロア 牛乳 205kcal	カルピスゼリー 牛乳 162kcal	南瓜のソフトクッキー 牛乳 305kcal	豆腐寒天 牛乳 163kcal
エネルギー	計	781kcal	776kcal	887kcal	860kcal	779kcal
たんぱく質	計	33.0g	27.5g	36.6g	33.2g	31.5g