

平成25年6月

デイケアの献立 (昼の常食)

メモ		6月3日	6月4日	6月5日	6月6日	6月7日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	ご飯 味噌汁 肉じゃが 友禅豆腐 朝鮮風漬物 果物 御飯 130g での栄養計算 です (米 60g)	ご飯 味噌汁 スパニッシュハンバーグ 酢物 五目きんぴら 果物	ご飯 味噌汁 厚揚げ豚の味噌煮 ひじきサラダ 南瓜の田楽 果物	ご飯 味噌汁 焼肉 長芋の酢物 田舎煮 果物	押し寿司 オム焼きそば 豆入りサラダ 杏仁豆腐
	おやつ	生姜風味黒糖寒 牛乳 (200mlパック) 149kcal	モカ豆乳プリン 牛乳 235kcal	桃缶のクラフテー 牛乳 229kcal	南瓜プリン 牛乳 243kcal	よもぎ蒸パン 牛乳 241kcal
エネルギー	計	674kcal	902kcal	804kcal	966kcal	1106kcal
たんぱく質	計	25.8kg	36.3g	30.1g	37.3g	41.4g