

平成25年6月

デイケアの献立(昼の常食)

メモ		6月24日	6月25日	6月26日	6月27日	6月28日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	ご飯 味噌汁 鰯の中華あんかけ 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 鮭の山路焼き 菜の花の辛子和え 粕煮 果物	ご飯 味噌汁 すきやき風煮 ミモザサラダ 夏豆の信田煮 果物	ご飯 味噌汁 太刀魚煮 そうめんサラダ のっぺい風煮 無花果のコンポート	ちりめんおにぎり 味噌ラーメン おろし和え フルーツヨーグルト
	おやつ	洋風わらびもち 牛乳(200mlパック) 199kcal	豆腐寒天 牛乳 164kcal	洋梨缶ゼリー 牛乳 167kcal	モカ豆乳プリン 牛乳 235kcal	蜂蜜生姜ゼリー 牛乳 172kcal
エネルギー	計	685kcal	707kcal	788kcal	805kcal	653kcal
たんぱく質	計	29.3g	34.5g	29.9g	28.8g	26.1g