

平成25年7月 **デイケアの献立(昼の常食)**

メモ		7月22日	7月23日	7月24日	7月25日	7月26日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	ご飯 味噌 うなぎの蒲焼き 卵とじ 白菜の酢物 南瓜焼きプリン 御飯 130g での栄養計算 です(米 60g)	ご飯 味噌汁 肉じゃが キャベツ朝鮮風漬物 友禅豆腐 果物	いなり寿司 月見あんかけうどん 南瓜のミルク煮 くずもちフルーツ	ご飯 味噌汁 野菜トロミ煮 マカロニサラダ きのことろろ和え 果物	ご飯 味噌汁 酢豚 青菜寒天辛子和え 南瓜の海老あん煮 果物
	おやつ	よもぎ蒸しパン 牛乳(200mlパック) 267kcal	ハチミツ生姜ゼリー 牛乳 172kcal	カスタードプリン 牛乳 183kcal	桃のクラフティ 牛乳 229kcal	抹茶ようかん 牛乳 275kcal
エネルギー	計	921kcal	669kcal	685kcal	776kcal	796kcal
たんぱく質	計	37.5kg	24.6g	22.6g	30.2g	32.6g