

平成25年7月 **デイケアの献立(昼の常食)**

メモ		7月29日	7月30日	7月31日	8月1日	8月2日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	ご飯 味噌汁 魚の山路焼き キャベツ酢物 大根の粕煮 果物 御飯 130g での栄養計算 です(米 60g)	ご飯 味噌汁 すきやき風煮 卵サラダ 信田煮 果物	ご飯 味噌汁 煮魚 そうめんサラダ のっぺい風煮 無花果コンポート	おにぎり 温とろろ蕎麦 たこ焼き フルーツヨーグルト	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
	おやつ	カルピスゼリー 牛乳(200mlパック) 162kcal	アイスcreamサンデー 牛乳 239kcal	さつま芋スイーツ 牛乳 250kcal	シュークリーム 牛乳 272kcal	豆腐のチーズケーキ 牛乳 230kcal
エネルギー	計	681kcal	859kcal	820kcal	752kcal	721kcal
たんぱく質	計	31.0kg	31.8g	28.4g	28.3g	32.7g