

平成25年9月

デイケアの献立(昼の常食)

メモ		9月16日	9月17日	9月18日	9月19日	9月20日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	松茸ご飯 味噌汁 湯葉炊き合わせ 白菜の酢物 卵とじ 果物 御飯 130g での栄養計算 です(米 60g)	ご飯 味噌汁 豚肉じゃが 南瓜サラダ 友禅豆腐 果物	薄板昆巻すし 山菜そば おろし和え パンプディング	ご飯 味噌汁 鶏つくねの梅煮 酢の物 五目きんぴら 果物	ご飯 味噌汁 すき焼き風煮 長芋の酢物 田舎煮 果物
	おやつ	まんじゅう 牛乳(200mlパック) 257kcal	抹茶蒸パン 牛乳 269kcal	ケーキ(誕生会) 牛乳 342kcal	豆乳チーズケーキ風 牛乳 230kcal	蜂蜜生姜ゼリー 牛乳 172kcal
エネルギー	計	825kcal	867kcal	879kcal	762kcal	724kcal
たんぱく質	計	30.1kg	28.3g	31.3g	28.2g	24.5g