

平成25年9月 **デイケアの献立(昼の常食)**

メモ		9月23日	9月24日	9月25日	9月26日	9月27日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
献立作成者 森田栄養士	昼食	ご飯 味噌汁  魚のプロバンス風 春雨サラダ アスパラ炒め物 果物  御飯 130g での栄養計算 です(米 60g)	ご飯 味噌汁  肉豆腐 かにかまサラダ 冬瓜の海老あん 果物	五穀米おにぎり  ラーメン 南瓜のピザ風 林檎ババロア	ご飯 味噌汁  親子煮 胡麻和え 南瓜サラダ 果物	ご飯 味噌汁  豆腐とろみ煮 中華風酢の物 野菜のそぼろ煮 果物
	おやつ	おはぎ 牛乳(200mlパック) 235kcal	南瓜プリン 牛乳 282kcal	シュークリーム 牛乳 272kcal	桃のクラフティ 牛乳 229kcal	黒糖葛もち 牛乳 203kcal
エネルギー	計	831kcal	816kcal	764kcal	790kcal	786kcal
たんぱく質	計	34.7kg	33.4g	28.3g	29.3g	33.2g