

平成25年10月 デイケアの献立 (昼の軟食)

メモ		10月21日	10月22日	10月23日	10月24日	10月25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 鶏つくねの梅肉煮 白菜の酢物 五目きんぴら 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 長芋の酢物 いなか煮 果物	ご飯 味噌汁 肉じゃが 南瓜サラダ 友禅豆腐 果物	ご飯 味噌汁 秋刀魚の塩焼き 白菜華風酢物 里芋の煮付け 果物	巻き寿司 山菜そば おろし和え パンプディング
	おやつ	ミルク葛餅 牛乳 (200mlパック) 198kcal	林檎の二層ゼリー 牛乳 205kcal	抹茶ようかん 牛乳 420kcal	蒸しパン 牛乳 282kcal	ムース大福 牛乳 229kcal
エネルギー	計	762kcal	757kcal	835kcal	776kcal	767kcal
たんぱく質	計	26.6kg	26.6g	27.4g	31.1g	30.7g