

平成25年10月 デイケアの献立 (昼の軟食)

メモ		10月28日	10月29日	10月30日	10月31日	11月1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 豚味噌ステーキ 蟹かまサラダ 冬瓜海老あんかけ 果物 御飯 130g での栄養計算 です(米 60g)	ご飯 味噌汁 魚のポワソ風 春雨サラダ アスパラ炒め物 果物	ご飯 味噌汁 豆腐のトロミ煮 中華風酢の物 野菜のそぼろ煮 果物	五穀米のおにぎり てんぷらうどん 大根おろし ハロウイン風寄せ	ご飯 味噌汁 親子煮 胡麻和え 南瓜のサラダ 果物
	おやつ	いちじくコンポート 牛乳(200mlパック) 172kcal	黒糖葛もち 牛乳 206kcal	桃のクラフティ 牛乳 229kcal	バターどらやき 牛乳 240kcal	ハチミツジャゼリ 牛乳 172kcal
エネルギー	計	733kcal	806kcal	798kcal	771kcal	746kcal
たんぱく質	計	28.9kg	33.9g	33.3g	25.3g	26.5g