

10月

ディアの献立

メモ		10月23日	10月24日	10月25日	10月26日	10月27日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	御飯 味噌汁 鶏肉のハーブ焼き 里芋の胡麻味噌煮 大根のマヨネーズ和 フルーツ	御飯 味噌汁 ポークピカタ 酢の物 さつま芋のクリーム煮 フルーツ	おにぎり 味噌汁 鶏モモのナッツ炒め 拌三絲 キャベツサラダ フルーツ	巻き寿司 山菜そば 磯辺揚げ フルーツ	ごはん 味噌汁 厚揚げの味噌炒め コーンサラダ みぞれ酢和え フルーツ
	おやつ	牛乳 カスタードプリン	ヨーグルト カクテルゼリー	牛乳 ケーキ	牛乳 豆乳プリン	牛乳 さつま芋プリン
エネルギー		842kcal	884kcal	1080kcal	997kcal	986kcal
たんぱく質		28.0g	28.3g	33.0g	33.5g	34.9g

ゆうゆうハウス