

平成21年3月

ディケアの献立 (常食)

メモ		3月16日	3月17日	3月18日	3月19日	3月20日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	御飯 味噌汁 ピリ辛照り焼き弁当 春キャベツサラダ いろとり 果物 御飯 160g での栄養計算です。	カニチャーハン 焼きそば フルーツおろし和え 海老餃子 果物	御飯 味噌汁 肉じゃが 冷奴 ブロッコリーサラダ 果物	御飯 味噌汁 ホイコーロー 南瓜の田楽 マカロニサラダ 果物	御飯 味噌汁 赤魚の粕漬焼き タコのマリネ風 そぼろ高野豆腐 果物
	おやつ	苺のパフケーキ 牛乳	ヨーグルトプリン 牛乳	水ようかん 牛乳	蜂蜜プリン 牛乳	蒸しパン 牛乳
エネルギー		714kcal	826kcal	776kcal	889kcal	755kcal
たんぱく質		27.7g	32.8g	29.2g	29.3g	36.0g

ゆうゆうハウス