

平成21年10月

# デイケアの献立 (常食)

メモ		10月19日 月曜日	10月20日 火曜日	10月21日 ゆうゆう祭 水曜日	10月22日 木曜日	10月23日 金曜日
	昼食	御飯 味噌汁  鯖の田楽 春雨サラダ 大根と牛肉の煮物 果物  御飯 140g での栄養計算 です。	御飯 味噌汁  ほっけのいろつけ 法連草華風和え物 信田煮 果物	ちらし寿司 すまし汁  煮物 胡麻和え 杏仁豆腐 お抹茶と和菓子	おにぎり  坦々麺 エビ餃子 果物ヨーグルトサラダ	御飯 味噌汁  かす鯿フライ 小松菜浸し煮 白菜おかか和え 果物
	おやつ	シュークリーム 牛乳	芋ようかん 牛乳	ジュース	オレンジゼリー 牛乳	ココ豆乳プリン 牛乳
エネルギー		888kcal	755kcal	800kcal	814kcal	878kcal
たんぱく質		34.6g	28.7g	27.5g	29.5g	32.3g