

平成22年7月

デ イ ケ ア の 献 立 (昼の常食)

メモ		7月19日 月曜日	7月20日 火曜日	7月21日 水曜日	7月22日 木曜日	7月23日 金曜日
	昼食	御飯 味噌汁 厚揚げ豚肉味噌煮 ｽﾊﾟｸﾞﾃｰ-サラダ 南瓜の田楽 果物 軟ご飯 170g での栄養計算 です	みょうが御飯 冷しとろろそば いかの煮物 胡麻和え フルーチェ	御飯 味噌汁 すり身団子の煮物 酢の物 さつま芋煮 果物	御飯 味噌汁 夏野菜の煮込み 切干大根の煮物 長芋の磯部和え 果物	御飯 味噌汁 鯖の味噌焼き 豆腐の薄くず煮 キャベツサラダ 果物
	おやつ	大納言どら焼き 牛乳 (200mlﾊﾟｯｸ) 211kcal	洋梨ゼリー 牛乳 180kcal	プリンアラモード 牛乳 232kcal	水ようかん 牛乳 223kcal	水まんじゅう 牛乳 188kcal
エネルギー		806kcal	725kcal	756kcal	809kcal	794kcal
たんぱく質		30.7g	31.0g	23.7g	24.2g	37.9g

ゆうゆうハウス