

平成22年9月

# デイケアの献立(昼の常食)

メモ		9月13日	9月14日	9月15日	9月16日	9月17日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	<b>昼食</b>	御飯 味噌汁  鶏じゃが マカロニサラダ 枵入りとろろ 果物  軟ご飯 170g での栄養計算 です	軟飯 味噌汁  鯖の味噌煮 春雨入りサラダ ゆと里芋煮付け 洋梨ゼリー	御飯 味噌汁  赤魚の粕漬け焼き キャベツコネズ 和え おふくろ煮 果物	御飯 味噌汁  すき焼き風混煮 長芋の梅肉和え 白菜の卵とじ 果物	昆布のおにぎり  とろろそば 南瓜まんじゅう 冷奴 胡麻ミルクプリン
	<b>おやつ</b>	和菓子 牛乳(200mlパック) 249kcal	豆乳プリン 牛乳 239kcal	和菓子 牛乳 215kcal	水ようかん 牛乳 223kcal	カルピスゼリー 牛乳 193kcal
エネルギー 計		787kcal	818kcal	742kcal	784kcal	707kcal
たんぱく質 計		24.3g	36.2g	31.2g	31.4g	27.2g