平成25年2月

デイケアの献立 (昼の常食)

メモ		2月4日	2月5日	2月6日	2月7日	2月8日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	海苔巻き 天ぷらうどん 青菜と湯葉和え物 杏仁豆腐 御飯 130g での栄養計算 です (米 60g)	ご飯 味噌汁 炒り鶏 洋風卵焼き 大根の酢物 果物	ご飯 味噌汁 すき焼き風煮 ｽﾞﾙｸﾞﾃｲｻﾗﾀﾞ 蓮根のきんぴら 無花果コンポート	ご飯 味噌汁 赤魚中華あんかけ 青菜胡麻和え 田作り 果物	ご飯 味噌汁 さわらの柚庵焼き そうめんサラダ のっぺい風煮 果物
	おやつ	ｶｽﾀｰﾄﾞ ﾄﾞﾗﾔｷ 牛乳 (200mlﾊﾟｯｸ) 238kcal	桃のクラフティ 牛乳 229kcal	小倉蒸パン 牛乳 267kcal	南瓜豆乳プリン 牛乳 242kcal	栗きんとん 牛乳 270kcal
エネルギー	計	694kcal	826kcal	822kcal	708kcal	775kcal
たんぱく質	計	27.3kg	31.9g	27.0g	31.1g	29.9g