

平成25年8月

# デイケアの献立 (昼の常食)

メモ		8月26日	8月27日	8月28日	8月29日	8月30日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
	昼食	ご飯 味噌汁  酢豚 青菜寒天和え物 南瓜の海老そば 果物  御飯 130g での栄養計算 です (米 60g)	ご飯 味噌汁  野菜のトロミ煮 マカロニサラダ きのこそろろ和え 果物	ご飯 味噌汁  肉じゃが 芋 <sup>ハ</sup> 朝鮮風漬物 友禅豆腐 果物	ご飯 味噌汁  海老すりみ椀 卵サラダ 長芋の鶏あんかけ 梅酒ゼリー	ご飯 味噌汁  卵とじ 白菜の酢物 冬瓜あんかけ 果物
	おやつ	オレンジゼリー 牛乳 (200mlパック) 165kcal	コーヒーゼリー 牛乳 195kcal	豆腐寒天 牛乳 167kcal	フルーツサンド 牛乳 202kcal	豆腐のチーズケーキ 牛乳 230kcal
エネルギー	計	686kcal	742kcal	6647kcal	746kcal	742kcal
たんぱく質	計	25.5kg	29.4g	25.5g	26.1g	31.5g