

平成25年10月 デイケアの献立 (昼の軟食)

メモ		10月7日	10月8日	10月9日	10月10日	10月11日
		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
献立作成者 森田栄養士	昼食	ご飯 味噌汁 山路焼き 酢物 粕煮 果物 御飯 130g での栄養計算 です (米 60g)	おにぎり いなりうどん おろし和え フルーツヨーグルト	散らし寿司 煮物 澄まし汁 果物	ご飯 味噌汁 鮭の和えソース焼き そーめんサラダ のっぺい風煮 果物	ご飯 味噌汁 じゃが芋の煮物 おろし和え 大豆とさつま芋煮 果物
	おやつ	ハチミツジンジャーゼリー 牛乳 (200mlパック) 172kcal	シュークリーム 牛乳 272kcal	おやつ 3 種盛 牛乳 371kcal	しっとりどら焼き 牛乳 238kcal	豆腐のチーズケーキ 牛乳 230kcal
エネルギー	計	674kcal	730kcal	681kcal	849kcal	753kcal
たんぱく質	計	27.7kg	26.0g	29.4g	36.2g	27.7g