



# デイケア週間献立表



※食材の入荷の都合により変更させていただく場合もございますが、ご了承お願いいたします。

	昼食	昼食栄養量	おやつ	おやつ栄養量	総栄養量
1/17 (月)	☆炊き込みご飯の日☆ 山菜ご飯 豆腐の肉味噌焼き 青菜とツナのソテー キャベツと 竹輪の和え物 かきたま汁	エネルギー 575 kcal たんぱく質 25.0 g 塩分相当量 4.1 g	煎茶 ヤクルト ミニ黒糖まんじゅう	エネルギー 99 kcal たんぱく質 1.9 g 塩分相当量 0.0 g	エネルギー 674 kcal たんぱく質 26.9 g 塩分相当量 4.1 g
1/18 (火)	ご飯 鮭のムニエル ジャーマンポテト モズクの酢の物 豆腐の味噌汁	エネルギー 573 kcal たんぱく質 25.9 g 塩分相当量 2.8 g	煎茶 おかしなバナナ	エネルギー 167 kcal たんぱく質 3.1 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 740 kcal たんぱく質 29.0 g 塩分相当量 2.9 g
1/19 (水)	ご飯 おでん いんげんの炒め物 フルーツ(黄桃) 薩摩芋の味噌汁	エネルギー 591 kcal たんぱく質 19.0 g 塩分相当量 4.3 g	煎茶 カットロール	エネルギー 49 kcal たんぱく質 0.7 g 塩分相当量 0.0 g	エネルギー 640 kcal たんぱく質 19.7 g 塩分相当量 4.3 g
1/20 (木)	ご飯 たらの竜田揚げ じゃが芋の含め煮 なめ茸豆腐 茄子の味噌汁	エネルギー 634 kcal たんぱく質 21.3 g 塩分相当量 3.0 g	煎茶 ピーチゼリー	エネルギー 82 kcal たんぱく質 0.8 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 716 kcal たんぱく質 22.1 g 塩分相当量 3.1 g
1/21 (金)	麦ご飯 牛肉の柳川煮 こんにゃくの炒め物 小松菜の とろろがけ じゃが芋の味噌汁	エネルギー 501 kcal たんぱく質 22.2 g 塩分相当量 2.8 g	☆お店の味(dimple)☆ 紅茶 シフォンケーキ	エネルギー 104 kcal たんぱく質 1.6 g 塩分相当量 0.0 g	エネルギー 605 kcal たんぱく質 23.8 g 塩分相当量 2.8 g
1/22 (土)	ご飯 シルバーの山椒焼き 大根の味噌汁 キャベツの ピーナッツ和え 大根の味噌汁	エネルギー 500 kcal たんぱく質 22.7 g 塩分相当量 2.8 g	煎茶 2つのプチシュー	エネルギー 61 kcal たんぱく質 2.2 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 561 kcal たんぱく質 24.9 g 塩分相当量 2.9 g

## 【ご案内】

1月21日(金) ☆お店の味☆ おやつに堅田にあるシフォンケーキ専門店dimple様のシフォンケーキを提供します！

## 【プチ情報】

最初にシフォンケーキが作られたのは、アメリカで1927年、材料に卵白のみを使って作る「エンゼルフードケーキ」のレシピを元に考案され、生地の見え目や食感から「シフォンケーキ」と名付けたのが始まりだそうです。ふんわりとした食感と優しい風味はどんな人にも好まれやすく、小さな子どもから大人までたくさんの人々に親しまれています。