

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、ご了承をお願いいたします。

| | 昼食 | 昼食栄養量 | おやつ | おやつ栄養量 | 総栄養量 |
|----------|---|--|--------------------------|---|--|
| 2/28 (月) | 麦ご飯 鶏肉のオイスター炒め 里芋の練り味噌がけ めかぶの和え物 玉子スープ | エネルギー 505 kcal たんぱく質 23.8 g 塩分相当量 3.3 g | 煎茶 りんごケーキ | エネルギー 127 kcal たんぱく質 1.6 g 塩分相当量 0.1 g | エネルギー 632 kcal たんぱく質 25.4 g 塩分相当量 3.4 g |
| 3/1 (火) | ご飯 鯖の塩焼き 揚げ茄子の煮浸し 春雨の和え物 さつま芋の味噌汁 | エネルギー 718 kcal たんぱく質 19.6 g 塩分相当量 2.8 g | 紅茶 エクレア | エネルギー 117 kcal たんぱく質 1.5 g 塩分相当量 0.1 g | エネルギー 835 kcal たんぱく質 21.1 g 塩分相当量 2.9 g |
| 3/2 (水) | ご飯 揚げ出汁豆腐の 野菜あんかけ 切り干し大根の煮物 ほうれん草のお浸し 白菜の味噌汁 | エネルギー 552 kcal たんぱく質 16.5 g 塩分相当量 2.4 g | 煎茶 ヤクルト ミニ饅頭 | エネルギー 117 kcal たんぱく質 1.9 g 塩分相当量 0.0 g | エネルギー 669 kcal たんぱく質 18.4 g 塩分相当量 2.4 g |
| 3/3 (木) | ☆ひな祭りメニュー☆ てまり寿司風 菜の花のわさび和え じゃが芋のそぼろ煮 すまし汁 | エネルギー 506 kcal たんぱく質 23.0 g 塩分相当量 7.7 g | ☆ひな祭りおやつ☆ 煎茶 抹茶プリン | エネルギー 102 kcal たんぱく質 2.1 g 塩分相当量 0.4 g | エネルギー 608 kcal たんぱく質 25.1 g 塩分相当量 8.1 g |
| 3/4 (金) | ご飯 他人煮 茄子の味噌汁 いんげんの生姜和え 南瓜の煮物 | エネルギー 574 kcal たんぱく質 24.9 g 塩分相当量 3.1 g | 煎茶 抹茶ロール | エネルギー 90 kcal たんぱく質 1.7 g 塩分相当量 0.0 g | エネルギー 664 kcal たんぱく質 26.6 g 塩分相当量 3.1 g |
| 3/5 (土) | ご飯 鯖の薬味ダレ 大根の筍の煮物 おろし和え 豆腐の味噌汁 | エネルギー 572 kcal たんぱく質 28.7 g 塩分相当量 3.0 g | 煎茶 ロールケーキ | エネルギー 76 kcal たんぱく質 1.4 g 塩分相当量 0.1 g | エネルギー 648 kcal たんぱく質 30.1 g 塩分相当量 3.1 g |

【ご案内】

3月3日(木)

☆ひな祭り☆

お昼はひな祭り限定のてまり寿司風がメインの昼食となります。
おやつには春の訪れを感じさせる手作り抹茶プリンを提供します。

【プチ情報】

ひな祭りによく目にする菱餅の色には各々意味があると言われていています。
桃色は「魔除け」、白色は「清浄・純潔」、草色は「健やかな成長」からくるそうです。