

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。

	昼食	昼食栄養量	おやつ	おやつ栄養量	総栄養量
6/6 (月)	☆カレーランチ☆ カツカレー 豆腐の味噌汁 オクラのお浸し 茄子の揚げ出汁	エネルギー 663 kcal たんぱく質 15.9 g 塩分相当量 3.6 g	煎茶 ココアワッフル	エネルギー 99 kcal たんぱく質 2.2 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 762 kcal たんぱく質 18.1 g 塩分相当量 3.7 g
6/7 (火)	麦ご飯 冷しゃぶごまだれ キャベツの炒り煮 とろろ 茄子の味噌汁	エネルギー 571 kcal たんぱく質 21.3 g 塩分相当量 3.2 g	煎茶 フルーチェ(パイন)	エネルギー 107 kcal たんぱく質 1.9 g 塩分相当量 0.0 g	エネルギー 678 kcal たんぱく質 23.2 g 塩分相当量 3.2 g
6/8 (水)	ご飯 カレイのみぞれ煮 里芋の練り味噌がけ ひじきの和え物 かきたま汁	エネルギー 498 kcal たんぱく質 26.2 g 塩分相当量 3.0 g	煎茶 シュークリーム	エネルギー 106 kcal たんぱく質 3.3 g 塩分相当量 0.2 g	エネルギー 604 kcal たんぱく質 29.5 g 塩分相当量 3.2 g
6/9 (木)	ご飯 豆腐ハンバーグ 刻み昆布の煮物 おろし和え 玉葱の味噌汁	エネルギー 583 kcal たんぱく質 18.4 g 塩分相当量 3.9 g	煎茶 プリン	エネルギー 88 kcal たんぱく質 1.3 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 671 kcal たんぱく質 19.7 g 塩分相当量 4 g
6/10 (金)	ご飯 白身魚の 磯部揚げ 切り干し大根 春雨の和え物 豆腐の味噌汁	エネルギー 659 kcal たんぱく質 27.9 g 塩分相当量 3.0 g	煎茶 紅茶 ロールケーキ	エネルギー 102 kcal たんぱく質 1.6 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 761 kcal たんぱく質 29.5 g 塩分相当量 3.1 g
6/11 (土)	ご飯 かに玉あんかけ 金平ごぼう もずく酢 大根の味噌汁	エネルギー 518 kcal たんぱく質 17.0 g 塩分相当量 3.6 g	煎茶 エクレア	エネルギー 114 kcal たんぱく質 2.2 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 632 kcal たんぱく質 19.2 g 塩分相当量 3.7 g

【ご案内】

6月6日(月) ☆カレーランチ☆ 今月のカレーは「カツカレー」です。当日、スタッフが伺うので、追加のルウをご希望の方はお気軽に、お声掛けください♪

【プチ情報】

実は、日本にカレー文化を伝えたのはイギリスだそうです。18世紀、インドを植民地としていたイギリスにカレーが伝わり、そこで様々なスパイスを調合したカレー粉が誕生しました。

イギリスではそのカレー粉に小麦粉を入れてとろみを付けたカレーが作られるようになったそうです。