

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
7/25 (月)	ご飯 豚肉のおろし あんかけ 茄子の味噌炒め フルーツ(パイン缶) すまし汁	エネルギー 624 kcal たんぱく質 25.3 g 塩分相当量 1.8 g	煎茶 苺ロールケーキ	エネルギー 89 kcal たんぱく質 1.6 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 713 kcal たんぱく質 26.9 g 塩分相当量 1.9 g
7/26 (火)	麦ご飯 鯖の煮つけ れんこんの甘酢炒め 胡瓜のみょうが和え あげの味噌汁	エネルギー 585 kcal たんぱく質 27.6 g 塩分相当量 2.6 g	☆ナナカフェ☆ 煎茶 小豆アイスクリーム	エネルギー 110 kcal たんぱく質 2.1 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 695 kcal たんぱく質 29.7 g 塩分相当量 2.7 g
7/27 (水)	☆人気投票メニュー☆ ロコモコ丼 コンソメスープ コールスローサラダ 里芋の マヨネーズ焼き	エネルギー 658 kcal たんぱく質 19.3 g 塩分相当量 3.3 g	紅茶 おかしなバナナ	エネルギー 208 kcal たんぱく質 4.1 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 866 kcal たんぱく質 23.4 g 塩分相当量 3.4 g
7/28 (木)	ご飯 豚皿 さつま芋の レモン煮 花野菜の和え物 ごぼうの味噌汁	エネルギー 663 kcal たんぱく質 27.2 g 塩分相当量 3.3 g	煎茶 いちごババロア	エネルギー 102 kcal たんぱく質 3.1 g 塩分相当量 0.0 g	エネルギー 765 kcal たんぱく質 30.3 g 塩分相当量 3.3 g
7/29 (金)	ご飯 鱈のムニエル 厚揚げの炒め物 オクラのおかか和え コンソメスープ	エネルギー 526 kcal たんぱく質 25.9 g 塩分相当量 3.5 g	煎茶 プチシュー	エネルギー 107 kcal たんぱく質 2.3 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 633 kcal たんぱく質 28.2 g 塩分相当量 3.6 g
7/30 (土)	ご飯 揚げ出汁豆腐 ブロッコリーソテー ごぼうのごま和え 大根の味噌汁	エネルギー 708 kcal たんぱく質 25.0 g 塩分相当量 2.8 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 796 kcal たんぱく質 26.3 g 塩分相当量 2.9 g

【ご案内】

7月26日(火) ☆ナナカフェ☆ 小豆風味のアイスクリームを提供します！

7月27日(水) ☆投票メニュー☆ 1位に輝いた、ハワイ名物のロコモコ丼を提供します！

【プチ情報】

ロコモコとは白飯の上にハンバーグとソースをかけた、ハワイの名物料理です。近年ではハンバーグ以外にも、目玉焼きや野菜をのせて見た目が華やかなものが主流となってきているようです。本来のソースはグレイビーソースだそうですが、今回は馴染みのあるデミグラスソースのものを提供します。