

★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
8/1 (月)	ご飯 豚肉とごぼうの しぐれ煮 五目豆 もずく酢和え キャベツの味噌汁	エネルギー 590 kcal たんぱく質 24.6 g 塩分相当量 3.3 g	煎茶 今川焼	エネルギー 74 kcal たんぱく質 3.1 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 664 kcal たんぱく質 27.7 g 塩分相当量 3.4 g
8/2 (火)	ご飯 あじの幽庵焼き 里芋の煮物 茄子の揚げ浸し しめじの味噌汁	エネルギー 624 kcal たんぱく質 30.5 g 塩分相当量 3.0 g	煎茶 カットロール	エネルギー 74 kcal たんぱく質 3.1 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 698 kcal たんぱく質 33.6 g 塩分相当量 3.1 g
8/3 (水)	☆喫茶店メニュー☆ オムライス オニオンスープ フルーツ(洋梨) しゅうまい	エネルギー 599 kcal たんぱく質 16.6 g 塩分相当量 4.1 g	☆喫茶店メニュー☆ コーヒー プリン・アラ・モード	エネルギー 129 kcal たんぱく質 0.8 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 728 kcal たんぱく質 17.4 g 塩分相当量 4.2 g
8/4 (木)	ご飯 カレーの バター醤油焼き パプリカの生姜炒め オクラのお浸し 油揚げの味噌汁	エネルギー 530 kcal たんぱく質 30.1 g 塩分相当量 2.8 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 629 kcal たんぱく質 32.3 g 塩分相当量 2.9 g
8/5 (金)	ご飯 鶏と野菜の さっぱり煮 れんこんの炒め物 小松菜の辛し和え 白菜の味噌汁	エネルギー 634 kcal たんぱく質 24.3 g 塩分相当量 3.3 g	煎茶 プチシュー	エネルギー 96 kcal たんぱく質 2.1 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 730 kcal たんぱく質 26.4 g 塩分相当量 3.4 g
8/6 (土)	ご飯 鯖の塩麹焼き 豆腐の味噌汁 ピーマンの 柚子ドレッシング じゃがいもの そぼろ煮	エネルギー 697 kcal たんぱく質 30.4 g 塩分相当量 2.7 g	煎茶 ぶどうゼリー	エネルギー 68 kcal たんぱく質 0.8 g 塩分相当量 0.0 g	エネルギー 765 kcal たんぱく質 31.2 g 塩分相当量 2.7 g

【ご案内】

8月3日(水) ☆喫茶店メニュー☆ 喫茶店をイメージして、昼食にオムライス、おやつにプリン・アラ・モードを提供します。お楽しみに！

【プチ情報】

実はオムライスは日本発祥の洋食です。大阪の難波に本店を構える「北極星」で常連客がいつもオムレツとライスを別々に頼んでいる姿をみて、店主が2つを組み合わせで出したことがきっかけだそうです。料理名を聞かれた店主が「オムレツ+ライス=オムライス」と答えたのが誕生の瞬間とされています。