

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
8/22 (月)	ご飯 親子煮 青梗菜の炒め物 おろし和え もやしの味噌汁	エネルギー 546 kcal たんぱく質 25.4 g 塩分相当量 3.3 g	ココア ババロア	エネルギー 84 kcal たんぱく質 2.2 g 塩分相当量 0.0 g	エネルギー 630 kcal たんぱく質 27.6 g 塩分相当量 3.3 g
8/23 (火)	麦ご飯 冷しゃぶの 柚子味噌だれ 大豆の煮物 フルーツ(りんご) キャベツの味噌汁	エネルギー 569 kcal たんぱく質 26.0 g 塩分相当量 2.4 g	煎茶 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 777 kcal たんぱく質 30.1 g 塩分相当量 2.5 g
8/24 (水)	ご飯 鰯の生姜煮 ブロッコリーのソテー なめ茸豆腐 ほうれん草の味噌汁	エネルギー 503 kcal たんぱく質 29.9 g 塩分相当量 3.3 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 591 kcal たんぱく質 31.2 g 塩分相当量 3.4 g
8/25 (木)	☆人気投票メニュー☆ 酢豚 かきたまスープ 棒棒鶏 絹揚げの煮物	エネルギー 519 kcal たんぱく質 21.2 g 塩分相当量 3.0 g	煎茶 今川焼	エネルギー 128 kcal たんぱく質 4.2 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 647 kcal たんぱく質 25.4 g 塩分相当量 3.1 g
8/26 (金)	ご飯 赤魚の山椒焼き 大根の味噌煮 ほうれん草の梅肉和え 玉子の味噌汁	エネルギー 499 kcal たんぱく質 25.2 g 塩分相当量 3.1 g	煎茶 エクレア	エネルギー 103 kcal たんぱく質 2.1 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 602 kcal たんぱく質 27.3 g 塩分相当量 3.2 g
8/27 (土)	ご飯 鶏と野菜のさっぱり煮 豆腐の味噌汁 もやしの和え物 昆布と竹輪の煮物	エネルギー 544 kcal たんぱく質 27.9 g 塩分相当量 3.4 g	煎茶 ココアワッフル	エネルギー 93 kcal たんぱく質 2.1 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 637 kcal たんぱく質 30 g 塩分相当量 3.5 g

【ご案内】

8月25日(木) ☆人気投票メニュー☆ 皆様の投票で第一位となった「酢豚」を提供します！
次回の人気投票も、皆様からの投票をお待ちしております。

【プチ情報】

酢豚は2種類に分けられ、豚肉と白髪ネギだけで調理するシンプルなもの上海流。豚肉とパイナップルを含む具たくさんの野菜にケチャップで味付けをしたものは広東流と呼びます。多くの中華料理は広東流をベースに日本人に合うように作り替えられていき、現在ではパイナップル入りの酢豚はあまり見かけなくなりました。