



# 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
9/26 (月)	麦ご飯 鯖の梅香焼き 茄子の揚げだし オクラのとろろ もやしの味噌汁	エネルギー 596 kcal たんぱく質 26.2 g 塩分相当量 3.4 g	紅茶 フルーチェ	エネルギー 69 kcal たんぱく質 1.3 g 塩分相当量 0.2 g	エネルギー 665 kcal たんぱく質 27.5 g 塩分相当量 3.6 g
9/27 (火)	☆人気投票メニュー☆ 豚平焼き フライドポテト スイカ 南瓜の味噌汁	エネルギー 674 kcal たんぱく質 19.1 g 塩分相当量 2.9 g	ココア プチシュー	エネルギー 150 kcal たんぱく質 3.2 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 824 kcal たんぱく質 22.3 g 塩分相当量 3 g
9/28 (水)	ご飯 赤魚の生姜煮 じゃが芋の白煮 キャベツの 胡麻風味サラダ 青梗菜の味噌汁	エネルギー 502 kcal たんぱく質 24.9 g 塩分相当量 3.3 g	煎茶 フルーツ寒天 (甘夏)	エネルギー 57 kcal たんぱく質 0.9 g 塩分相当量 0.0 g	エネルギー 559 kcal たんぱく質 25.8 g 塩分相当量 3.3 g
9/29 (木)	ご飯 ささみの天ぷら 白菜のかに玉あん さつま芋サラダ 玉葱の味噌汁	エネルギー 659 kcal たんぱく質 26.3 g 塩分相当量 3.6 g	☆選べるおやつ☆ ミルクケーキ 黒糖まんじゅう コーヒー蒸しケーキ	エネルギー 83 kcal たんぱく質 2.7 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 742 kcal たんぱく質 29 g 塩分相当量 3.7 g
9/30 (金)	ご飯 カレーの煮付け 出汁巻き玉子 小松菜の昆布和え 白菜の味噌汁	エネルギー 407 kcal たんぱく質 28.6 g 塩分相当量 3.0 g	煎茶 水ようかん	エネルギー 54 kcal たんぱく質 1.3 g 塩分相当量 0.0 g	エネルギー 461 kcal たんぱく質 29.9 g 塩分相当量 3 g
10/1 (土)	ご飯 豚肉のきのこソース 豆腐の味噌汁 ひじきのサラダ さつま芋のそぼろ煮	エネルギー 734 kcal たんぱく質 34.0 g 塩分相当量 2.6 g	煎茶 ミニエクレア	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 837 kcal たんぱく質 36.1 g 塩分相当量 2.7 g

## 【ご案内】

9月27日(火) ☆人気投票メニュー☆ 1位に輝いた豚平焼きを提供します！2票差で2位となったお好み焼きも提供できるように考えていますので、お楽しみに！

9月29日(木) ☆選べるおやつ☆ 当日お好きなおやつをお選びください。

## 【プチ情報】

豚平焼きはイカ焼きやネギ焼きと並んで、大阪のご当地焼きとして慣れ親しまれています。終戦後の大阪北区に創業された「本とん平」が元祖と言われており、現在も創業当時と同じレシピで提供しているそうです。名前の由来はそのまま、「豚」を「平ら」にして焼いたものからきているようです。