

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 |
|-----------|---|--|--------------------------------|---|--|
| 10/31 (月) | ☆ハロウィン☆ ご飯 チキンソテー パンプキン ポターージュ コールスローサラダ クリームコロッケ | エネルギー 734 kcal たんぱく質 27.4 g 塩分相当量 3.3 g | ☆ハロウィン☆ 煎茶 かぼちゃの ババロア | エネルギー 94 kcal たんぱく質 3.0 g 塩分相当量 0.0 g | エネルギー 828 kcal たんぱく質 30.4 g 塩分相当量 3.3 g |
| 11/1 (火) | ご飯 サーモンの タルタル焼き 温野菜サラダ しめじのマリネ 豆腐の味噌汁 | エネルギー 604 kcal たんぱく質 31.7 g 塩分相当量 2.7 g | 紅茶 ミニエクレア | エネルギー 106 kcal たんぱく質 1.4 g 塩分相当量 0.1 g | エネルギー 710 kcal たんぱく質 33.1 g 塩分相当量 2.8 g |
| 11/2 (水) | ご飯 鯖の塩焼き 里芋の煮物 玉葱の和風サラダ 青梗菜の味噌汁 | エネルギー 656 kcal たんぱく質 24.1 g 塩分相当量 3.4 g | 煎茶 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 758 kcal たんぱく質 27.2 g 塩分相当量 3.4 g |
| 11/3 (木) | 麦ご飯 豚肉のきのこソース じゃが芋のソテー 玉子サラダ もやしの味噌汁 | エネルギー 566 kcal たんぱく質 25.6 g 塩分相当量 2.5 g | 煎茶 ブチシュー | 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 662 kcal たんぱく質 27.7 g 塩分相当量 2.6 g |
| 11/4 (金) | ご飯 ホキのムニエル 蓮根のカレー炒め 白菜のわさび和え 小松菜の味噌汁 | エネルギー 534 kcal たんぱく質 24.4 g 塩分相当量 2.8 g | 煎茶 青りんごゼリー | エネルギー 71 kcal たんぱく質 0.8 g 塩分相当量 0.0 g | エネルギー 605 kcal たんぱく質 25.2 g 塩分相当量 2.8 g |
| 11/5 (土) | ご飯 鶏肉の照焼き じゃが芋のピザ風 胡瓜の酢の物 大根の味噌汁 | エネルギー 519 kcal たんぱく質 26.1 g 塩分相当量 3.8 g | 煎茶 カットロール | エネルギー 83 kcal たんぱく質 2.0 g 塩分相当量 0.1 g | エネルギー 602 kcal たんぱく質 28.1 g 塩分相当量 3.9 g |

【ご案内】

10月31日(月) ☆ハロウィン☆ ハロウィンをイメージした、この日限定の昼食・おやつメニューとなっています。ぜひ、お楽しみください！

【プチ情報】

「ハロウィン」とは、毎年10月31日に行われるヨーロッパを発祥とするお祭りのことです。秋の収穫をお祝いし、先祖の霊をお迎えするとともに悪霊を追い払うお祭りで、日本でいえばお盆にあたる行事になります。正確なハロウィンの期間は10月31日から11月2日だそうです。