

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
4/17 (月)	ご飯 鶏肉のチーズ焼き ポテトのコンソメ煮 オクラのおかか和え 白菜の味噌汁	エネルギー 534 kcal たんぱく質 28.8 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 637 kcal たんぱく質 30.9 g 塩分相当量 3.2 g
4/18 (火)	麦ご飯 さばの煮付け きんぴらごぼう 白菜のお浸し あげの味噌汁	エネルギー 738 kcal たんぱく質 33.1 g 塩分相当量 3.1 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 837 kcal たんぱく質 35.3 g 塩分相当量 3.2 g
4/19 (水)	☆炊き込みご飯☆ 菜の花ご飯 豚皿 若竹汁 花野菜の和え物 さつま芋と りんごの甘煮	エネルギー 656 kcal たんぱく質 27.4 g 塩分相当量 3.1 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 744 kcal たんぱく質 28.7 g 塩分相当量 3.2 g
4/20 (木)	ご飯 たらのカレームニエル 厚揚げと野菜の 炒め物 春雨サラダ 大根の味噌汁	エネルギー 604 kcal たんぱく質 25.8 g 塩分相当量 3.1 g	煎茶 ババロア	エネルギー 122 kcal たんぱく質 3.4 g 塩分相当量 0.0 g	エネルギー 726 kcal たんぱく質 29.2 g 塩分相当量 3.1 g
4/21 (金)	ご飯 ぎせい豆腐 ピーマンの じゃこ炒め れんこんの ごま味噌和え オクラの味噌汁	エネルギー 574 kcal たんぱく質 23.2 g 塩分相当量 3.3 g	紅茶 カットロール	エネルギー 93 kcal たんぱく質 1.4 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 667 kcal たんぱく質 24.6 g 塩分相当量 3.4 g
4/22 (土)	ご飯 あじの胡麻風味焼き ブロッコリーソテー いんげんの 生姜和え ほうれん草の味噌汁	エネルギー 543 kcal たんぱく質 28.9 g 塩分相当量 3.4 g	煎茶 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 597 kcal たんぱく質 30.2 g 塩分相当量 3.4 g

【ご案内】

4月19日(水) ☆炊き込みご飯の日☆

今月の炊き込みご飯は春らしく、菜の花ご飯となっています。

併せて若竹汁や花野菜の和え物も提供いたします。ぜひ春の味をお楽しみください♪

B・O・H ケア・サービスセンター