

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
6/26 (月)	ご飯 さばの塩焼き ひじきの煮物 白菜の和え物 わかめの味噌汁	エネルギー 590 kcal たんぱく質 20.9 g 塩分相当量 3.4 g	煎茶 抹茶ようかん	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 644 kcal たんぱく質 22.2 g 塩分相当量 3.4 g
6/27 (火)	ご飯 鶏肉の磯焼き パプリカの 生姜炒め もやしの和え物 玉葱の味噌汁	エネルギー 559 kcal たんぱく質 22.5 g 塩分相当量 3.2 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 647 kcal たんぱく質 23.8 g 塩分相当量 3.3 g
6/28 (水)	ご飯 豆腐の肉味噌焼き 舞茸のすまし汁 ほうれん草の 柚子和え 里芋の煮物	エネルギー 571 kcal たんぱく質 29.4 g 塩分相当量 2.2 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 674 kcal たんぱく質 31.5 g 塩分相当量 2.3 g
6/29 (木)	麦ご飯 マスのレモン風味 きんぴらごぼう フルーツ(パイナップル) 豆腐の味噌汁	エネルギー 544 kcal たんぱく質 26.7 g 塩分相当量 2.3 g	紅茶 プチシュー	エネルギー 99 kcal たんぱく質 1.4 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 643 kcal たんぱく質 28.1 g 塩分相当量 2.4 g
6/30 (金)	ご飯 鶏肉の照焼き じゃが芋のカレー煮 ツナサラダ 油揚げの味噌汁	エネルギー 665 kcal たんぱく質 26.0 g 塩分相当量 2.7 g	煎茶 カットロール	エネルギー 87 kcal たんぱく質 2.1 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 752 kcal たんぱく質 28.1 g 塩分相当量 2.8 g
7/1 (土)	ご飯 赤魚の煮付け 茄子炒め 胡瓜とわかめの 酢の物 玉葱の味噌汁	エネルギー 523 kcal たんぱく質 20.9 g 塩分相当量 3.2 g	煎茶 ババロア	エネルギー 140 kcal たんぱく質 3.3 g 塩分相当量 0.0 g	エネルギー 663 kcal たんぱく質 24.2 g 塩分相当量 3.2 g