

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
7/3 (月)	ご飯 さわらの梅香焼き がんもの煮物 ほうれん草の 和え物 しめじの味噌汁	エネルギー 535 kcal たんぱく質 28.4 g 塩分相当量 3.9 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 638 kcal たんぱく質 30.5 g 塩分相当量 4 g
7/4 (火)	ご飯 豚肉の塩だれ炒め 厚揚げのおろし煮 フルーツカクテル 南瓜の味噌汁	エネルギー 618 kcal たんぱく質 25.2 g 塩分相当量 3.3 g	煎茶 ババロア	エネルギー 104 kcal たんぱく質 3.2 g 塩分相当量 0.0 g	エネルギー 722 kcal たんぱく質 28.4 g 塩分相当量 3.3 g
7/5 (水)	ご飯 マスのタルタル焼き いんげんのソテー オクラの和え物 大根の味噌汁	エネルギー 593 kcal たんぱく質 27.9 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 647 kcal たんぱく質 29.2 g 塩分相当量 3.4 g
7/6 (木)	ご飯 鶏肉と絹揚げの甘辛煮 切り昆布と 大豆の煮物 カリフラワーの 和え物 わかめの味噌汁	エネルギー 618 kcal たんぱく質 29.3 g 塩分相当量 3.0 g	紅茶 カットロール	エネルギー 49 kcal たんぱく質 1.4 g 塩分相当量 0.0 g	エネルギー 667 kcal たんぱく質 30.7 g 塩分相当量 3 g
7/7 (金)	☆七夕メニュー☆ ちらし寿司 たらの照焼き 梅とろろ すまし汁 さつま芋の甘煮	エネルギー 671 kcal たんぱく質 25.2 g 塩分相当量 3.3 g	煎茶 プチシュー	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 767 kcal たんぱく質 27.3 g 塩分相当量 3.4 g
7/8 (土)	ご飯 豚肉の生姜焼き 切干大根の煮物 めかぶの和え物 豆腐の味噌汁	エネルギー 571 kcal たんぱく質 24.7 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 659 kcal たんぱく質 26 g 塩分相当量 3.4 g