

# 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
7/17 (月)	ご飯 あじの幽庵焼き 切干大根の炒め煮 胡瓜の酢の物 玉葱の味噌汁	エネルギー 552 kcal たんぱく質 26.4 g 塩分相当量 2.8 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 648 kcal たんぱく質 28.5 g 塩分相当量 2.9 g
7/18 (火)	☆炊き込みご飯☆ 炊き込みご飯 豚肉の中華炒め 小松菜の炒め物 花野菜の和え物 しめじの味噌汁	エネルギー 661 kcal たんぱく質 30.7 g 塩分相当量 4.1 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 749 kcal たんぱく質 32 g 塩分相当量 4.2 g
7/19 (水)	☆新メニュー☆ ご飯 白身フライ ～和風ポン酢だれ～ じゃが芋のツナ煮 いんげんの胡麻和え 白菜の味噌汁	エネルギー 681 kcal たんぱく質 29.3 g 塩分相当量 4.9 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 735 kcal たんぱく質 30.6 g 塩分相当量 4.9 g
7/20 (木)	ご飯 鶏の野菜あんかけ パプリカの生姜炒め もやしの和え物 もやしの味噌汁	エネルギー 565 kcal たんぱく質 23.7 g 塩分相当量 3.0 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 669 kcal たんぱく質 26.9 g 塩分相当量 3 g
7/21 (金)	ご飯 かれいのバター醤油 青梗菜の煮物 大根の味噌汁 ズッキーニのソテー	エネルギー 525 kcal たんぱく質 28.1 g 塩分相当量 2.7 g	煎茶 カットロール	エネルギー 88 kcal たんぱく質 2.0 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 613 kcal たんぱく質 30.1 g 塩分相当量 2.8 g
7/22 (土)	ご飯 鶏肉の照焼き エンドウのソテー フルーツ(みかん) ほうれん草の味噌汁	エネルギー 512 kcal たんぱく質 27.8 g 塩分相当量 27.8 g	煎茶 クリームワッフル	エネルギー 77 kcal たんぱく質 2.2 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 589 kcal たんぱく質 30 g 塩分相当量 27.9 g