

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
7/31 (月)	ご飯 マスのレモン風味 茄子炒め 小松菜の胡麻和え 大根の味噌汁	エネルギー 594 kcal たんぱく質 27.7 g 塩分相当量 3.3 g	カットロールケーキ (メロン) 煎茶	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 682 kcal たんぱく質 29.7 g 塩分相当量 3.4 g
8/1 (火)	ご飯 豚皿 じゃがいもの ピザ焼き ほうれん草の おかか和え しめじの味噌汁	エネルギー 666 kcal たんぱく質 30.3 g 塩分相当量 3.2 g	2つのプチシュー 紅茶	エネルギー 102 kcal たんぱく質 1.4 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 768 kcal たんぱく質 31.7 g 塩分相当量 3.3 g
8/2 (水)	☆カレーランチ☆ 夏野菜カレー ピーマンソテー フルーツ(みかん) コンソメスープ	エネルギー 550 kcal たんぱく質 18.4 g 塩分相当量 2.7 g	プリン 煎茶	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 638 kcal たんぱく質 19.7 g 塩分相当量 2.8 g
8/3 (木)	ご飯 豚肉のマヨポン炒め 茶碗蒸し きんぴらごぼう ほうれん草の味噌汁	エネルギー 642 kcal たんぱく質 29.9 g 塩分相当量 3.1 g	水羊羹 煎茶	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 696 kcal たんぱく質 31.2 g 塩分相当量 3.1 g
8/4 (金)	☆ワンプレートランチ☆ ご飯 サーモンフライ プレート コンソメスープ	エネルギー 628 kcal たんぱく質 17.7 g 塩分相当量 2.3 g	ババロア(チョコ) 煎茶	エネルギー 102 kcal たんぱく質 3.4 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 730 kcal たんぱく質 21.1 g 塩分相当量 2.4 g
8/5 (土)	ご飯 さばの煮付け ひじきの煮物 茄子の和え物 わかめの味噌汁	エネルギー 726 kcal たんぱく質 23.1 g 塩分相当量 2.7 g	メイプルワッフル 煎茶	エネルギー 130 kcal たんぱく質 3.3 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 856 kcal たんぱく質 26.4 g 塩分相当量 2.8 g