

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
9/4 (月)	☆洋食ランチ☆ オムライス ～ミートソース～ ブロッコリーソテー マカロニサラダ コンソメスープ	エネルギー 649 kcal たんぱく質 20.5 g 塩分相当量 3.4 g	紅茶 ババロア	エネルギー 108 kcal たんぱく質 2.7 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 757 kcal たんぱく質 23.2 g 塩分相当量 3.5 g
9/5 (火)	麦ご飯 マスのレモン風味 厚揚げのおろし煮 小松菜の辛子和え しめじの味噌汁	エネルギー 551 kcal たんぱく質 30.5 g 塩分相当量 3.6 g	煎茶 ブチシュー	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 647 kcal たんぱく質 32.6 g 塩分相当量 3.7 g
9/6 (水)	ご飯 チキンステーキ じゃが芋のソテー コールスローサラダ わかめの味噌汁	エネルギー 568 kcal たんぱく質 31.6 g 塩分相当量 3.6 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 656 kcal たんぱく質 32.9 g 塩分相当量 3.7 g
9/7 (木)	☆新メニュー☆ ご飯 白身魚のトマト チリソース 青菜と茸の炒め物 豆サラダ 豆腐の味噌汁	エネルギー 537 kcal たんぱく質 25.1 g 塩分相当量 3.2 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 625 kcal たんぱく質 27.1 g 塩分相当量 3.3 g
9/8 (金)	ご飯 鶏肉の磯焼き 大根の味噌汁 白菜の和え物 煮奴	エネルギー 493 kcal たんぱく質 27.1 g 塩分相当量 3.6 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 547 kcal たんぱく質 28.4 g 塩分相当量 3.6 g