

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
9/18 (月)	ご飯 ホキの香味焼き ピーマンソテー 青梗菜のお浸し 味噌汁	エネルギー 518 kcal たんぱく質 25.3 g 塩分相当量 3.5 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 605 kcal たんぱく質 27.4 g 塩分相当量 3.6 g
9/19 (火)	ご飯 たらの明太マヨネーズ れんこんの甘酢炒め 白菜のわさび醤油 豆腐の味噌汁	エネルギー 529 kcal たんぱく質 22.5 g 塩分相当量 2.9 g	紅茶 ババロア	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 631 kcal たんぱく質 23.9 g 塩分相当量 3 g
9/20 (水)	☆カレーランチ☆ チキンカレー 青菜と卵の炒め物 ハムサラダ コンソメスープ	エネルギー 608 kcal たんぱく質 20.2 g 塩分相当量 3.9 g	煎茶 抹茶ようかん	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 685 kcal たんぱく質 22.4 g 塩分相当量 4 g
9/21 (木)	ご飯 鯖の照焼き 揚げ茄子の煮物 キャベツサラダ しめじの味噌汁	エネルギー 673 kcal たんぱく質 28.6 g 塩分相当量 3.9 g	煎茶 プチシュー	エネルギー 98 kcal たんぱく質 2.2 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 771 kcal たんぱく質 30.8 g 塩分相当量 4 g
9/22 (金)	ご飯 豆腐の肉味噌焼き 舞茸のすまし汁 青梗菜のおかか和え 洋野菜の煮物	エネルギー 498 kcal たんぱく質 22.6 g 塩分相当量 2.8 g	煎茶 プリン	エネルギー 82 kcal たんぱく質 1.8 g 塩分相当量 0.0 g	エネルギー 580 kcal たんぱく質 24.4 g 塩分相当量 2.8 g