

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
10/2 (月)	☆リクエストメニュー☆ ご飯 マスのタルタル焼き がんもの煮物 なます ほうれん草の味噌汁	エネルギー 613 kcal たんぱく質 29.5 g 塩分相当量 3.5 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 701 kcal たんぱく質 30.8 g 塩分相当量 3.6 g
10/3 (火)	麦ご飯 鶏と野菜のさっぱり煮 厚揚げのおろし煮 ナムル 大根の味噌汁	エネルギー 535 kcal たんぱく質 25.1 g 塩分相当量 3.4 g	煎茶 おかしなバナナ	エネルギー 208 kcal たんぱく質 4.1 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 743 kcal たんぱく質 29.2 g 塩分相当量 3.5 g
10/4 (水)	ご飯 肉豆腐 ほうれん草のソテー すまし汁 れんこんの炒め煮	エネルギー 657 kcal たんぱく質 24.1 g 塩分相当量 2.4 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 711 kcal たんぱく質 25.4 g 塩分相当量 2.4 g
10/5 (木)	ご飯 鶏肉と絹揚げの 甘辛煮 切り昆布の煮物 カクテルフルーツ キャベツの味噌汁	エネルギー 644 kcal たんぱく質 26.7 g 塩分相当量 2.3 g	紅茶 プチシュー	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 746 kcal たんぱく質 28.1 g 塩分相当量 2.4 g
10/6 (金)	☆カレーランチ☆ ドライカレー ほうれん草のソテー ツナサラダ コンソメスープ	エネルギー 591 kcal たんぱく質 22.4 g 塩分相当量 3.5 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 695 kcal たんぱく質 25.6 g 塩分相当量 3.5 g