

# 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
10/9 (月)	ご飯 豚皿 いんげんのソテー きのこの和え物 白菜の味噌汁	エネルギー 664 kcal たんぱく質 27.0 g 塩分相当量 2.8 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 718 kcal たんぱく質 28.3 g 塩分相当量 2.8 g
10/10 (火)	ご飯 たらのムニエル ポテトサラダ フルーツ(パイナップル) 豆腐の味噌汁	エネルギー 526 kcal たんぱく質 23.4 g 塩分相当量 3.6 g	煎茶 抹茶ババロア	エネルギー 104 kcal たんぱく質 3.3 g 塩分相当量 0.0 g	エネルギー 630 kcal たんぱく質 26.7 g 塩分相当量 3.6 g
10/11 (水)	☆新メニュー☆ 牛丼 かにかまサラダ しめじの味噌汁 さつま揚げの煮物	エネルギー 559 kcal たんぱく質 22.9 g 塩分相当量 3.8 g	煎茶 カットロール	エネルギー 49 kcal たんぱく質 1.4 g 塩分相当量 0.0 g	エネルギー 608 kcal たんぱく質 24.3 g 塩分相当量 3.8 g
10/12 (木)	☆季節のお弁当☆ ご飯 鶏肉のから揚げ さつま芋のレモン煮 白菜の磯香和え 大根の味噌汁	エネルギー 678 kcal たんぱく質 27.3 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 766 kcal たんぱく質 28.6 g 塩分相当量 4.2 g
10/13 (金)	麦ご飯 豚肉のきのこソース 大根の練り味噌がけ コールスローサラダ ほうれん草の味噌汁	エネルギー 617 kcal たんぱく質 23.4 g 塩分相当量 3.1 g	紅茶 クリームワッフル	エネルギー 83 kcal たんぱく質 1.5 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 700 kcal たんぱく質 24.9 g 塩分相当量 3.2 g