

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
10/23 (月)	ご飯 豚肉のマヨポン じゃが芋のピザ焼き キャベツの ピーナッツ和え 白菜の味噌汁	エネルギー 699 kcal たんぱく質 26.4 g 塩分相当量 3.0 g	煎茶 クリームワッフル	エネルギー 111 kcal たんぱく質 3.6 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 810 kcal たんぱく質 30 g 塩分相当量 3.1 g
10/24 (火)	ご飯 ホキの煮付け さつま揚げの煮物 小松菜のお浸し 豆腐の味噌汁	エネルギー 455 kcal たんぱく質 24.7 g 塩分相当量 4.0 g	紅茶 ババロア	エネルギー 106 kcal たんぱく質 2.4 g 塩分相当量 0.0 g	エネルギー 561 kcal たんぱく質 27.1 g 塩分相当量 4 g
10/25 (水)	☆人気投票メニュー☆ ご飯 すきやき風煮 厚揚げの甘辛煮 オクラの菜種和え キャベツの味噌汁	エネルギー 536 kcal たんぱく質 23.6 g 塩分相当量 3.5 g	煎茶 プチシュー	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 632 kcal たんぱく質 25.7 g 塩分相当量 3.6 g
10/26 (木)	麦ご飯 さばの塩焼き 茄子の煮物 ほうれん草のお浸し 大根の味噌汁	エネルギー 680 kcal たんぱく質 22.5 g 塩分相当量 2.5 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 768 kcal たんぱく質 23.8 g 塩分相当量 2.6 g
10/27 (金)	ご飯 鶏肉の照焼き 玉葱の味噌汁 白菜の胡麻和え きのこの和え物	エネルギー 478 kcal たんぱく質 25.3 g 塩分相当量 2.9 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 532 kcal たんぱく質 26.6 g 塩分相当量 2.9 g

*メイン料理に水分が多い場合や、ボリュームが多い場合は汁物や追加の一品がない場合があります。