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
11/6 (月)	ご飯 さわらの梅香焼き ほうれん草の味噌汁 オクラとろろ キャベツサラダ	エネルギー 555 kcal たんぱく質 24.1 g 塩分相当量 3.1 g	煎茶 おかしなバナナ	エネルギー 102 kcal たんぱく質 3.1 g 塩分相当量 0.0 g	エネルギー 657 kcal たんぱく質 27.2 g 塩分相当量 3.1 g
11/7 (火)	☆カレーランチ☆ メンチカツカレー コールスローサラダ フルーツ(黄桃) コンソメスープ	エネルギー 674 kcal たんぱく質 25.8 g 塩分相当量 4.6 g	煎茶 抹茶ようかん	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 776 kcal たんぱく質 27.2 g 塩分相当量 4.7 g
11/8 (水)	ご飯 赤魚の生姜煮 じゃが芋の白煮 春雨の和え物 わかめの味噌汁	エネルギー 625 kcal たんぱく質 23.2 g 塩分相当量 3.0 g	紅茶 クリームワッフル	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 713 kcal たんぱく質 24.5 g 塩分相当量 3.1 g
11/9 (木)	ご飯 ささみの天ぷら 出汁巻き玉子 小松菜の昆布和え 玉葱の味噌汁	エネルギー 582 kcal たんぱく質 25.5 g 塩分相当量 4.9 g	煎茶 ババロア	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 693 kcal たんぱく質 29.1 g 塩分相当量 5 g
11/10 (金)	ご飯 ホキのレモン風味 白菜のかに玉あん さつま芋サラダ 麩の味噌汁	エネルギー 546 kcal たんぱく質 25.2 g 塩分相当量 4.3 g	煎茶 プチシュー	エネルギー 103 kcal たんぱく質 3.0 g 塩分相当量 0.0 g	エネルギー 649 kcal たんぱく質 28.2 g 塩分相当量 4.3 g

Ｂ・Ｏ・Ｈ　ケア・サービスセンター