

🍁🍂🍁🍂🍁 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
11/13 (月)	ご飯 親子煮 じゃが芋のソテー おろし和え 小松菜の味噌汁	エネルギー 574 kcal たんぱく質 25.2 g 塩分相当量 2.8 g	紅茶 プリン	エネルギー 94 kcal たんぱく質 0.6 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 668 kcal たんぱく質 25.8 g 塩分相当量 2.9 g
11/14 (火)	ご飯 豚肉のきのこソース 青梗菜の炒め物 南瓜サラダ キャベツの味噌汁	エネルギー 643 kcal たんぱく質 25.7 g 塩分相当量 3.3 g	煎茶 ココアワッフル	エネルギー 99 kcal たんぱく質 2.2 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 742 kcal たんぱく質 27.9 g 塩分相当量 3.4 g
11/15 (水)	ご飯 あじの生姜煮 卵スープ ブロッコリーサラダ キャベツの明太子炒め	エネルギー 569 kcal たんぱく質 30.8 g 塩分相当量 3.2 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 623 kcal たんぱく質 32.1 g 塩分相当量 3.2 g
11/16 (木)	☆新メニュー☆ 麦ご飯 酢豚 なめ茸煮奴 さつま芋と 豆のサラダ 大根の味噌汁	エネルギー 604 kcal たんぱく質 24.0 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 700 kcal たんぱく質 26.1 g 塩分相当量 3.6 g
11/17 (金)	ご飯 赤魚の山椒焼き 大根の味噌汁 ほうれん草の梅肉和え フルーツ(黄桃)	エネルギー 493 kcal たんぱく質 22.7 g 塩分相当量 2.2 g	煎茶 ババロア	エネルギー 102 kcal たんぱく質 3.4 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 595 kcal たんぱく質 26.1 g 塩分相当量 2.3 g