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
11/20 (月)	ご飯 豆腐のかにあんかけ じゃが芋の コンソメ炒め もずく酢和え 玉葱の味噌汁	エネルギー 487 kcal たんぱく質 18.7 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 541 kcal たんぱく質 20 g 塩分相当量 3.2 g
11/21 (火)	ご飯 八宝菜 切干大根の煮物 ブロッコリーの 中華和え ごぼうの味噌汁	エネルギー 583 kcal たんぱく質 24.8 g 塩分相当量 3.2 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 671 kcal たんぱく質 26.1 g 塩分相当量 3.3 g
11/22 (水)	ご飯 鶏肉のチーズ焼き コンソメスープ カリフラワーの 甘酢漬け 小松菜の煮物	エネルギー 530 kcal たんぱく質 27.9 g 塩分相当量 2.9 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 641 kcal たんぱく質 31.5 g 塩分相当量 3 g
11/23 (木)	ご飯 マスの焼き漬け 里芋と根菜の煮物 茄子の和え物 わかめの味噌汁	エネルギー 591 kcal たんぱく質 25.1 g 塩分相当量 3.4 g	煎茶 ババロア	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 694 kcal たんぱく質 28.1 g 塩分相当量 3.4 g
11/24 (金)	☆人気投票メニュー☆ 麦ご飯 おでん ピーマンのじゃこ炒め 玉子豆腐	エネルギー 608 kcal たんぱく質 27.3 g 塩分相当量 3.6 g	紅茶 ココアワッフル	エネルギー 102 kcal たんぱく質 1.5 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 710 kcal たんぱく質 28.8 g 塩分相当量 3.7 g

B・O・H　ケア・サービスセンター