

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
11/27 (月)	☆粉ものランチ☆ ご飯 お好み焼き 豆腐の味噌汁 フルーツ(パイナップル) 冬瓜のくず煮	エネルギー 734 kcal たんぱく質 25.8 g 塩分相当量 3.9 g	煎茶 ババロア	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 836 kcal たんぱく質 28.9 g 塩分相当量 3.9 g
11/28 (火)	麦ご飯 さばの煮付け れんこんの甘酢炒め キャベツの 茗荷和え 揚げの味噌汁	エネルギー 622 kcal たんぱく質 27.9 g 塩分相当量 2.4 g	煎茶 ブチシュー	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 718 kcal たんぱく質 30 g 塩分相当量 2.5 g
11/29 (水)	ご飯 豆腐ハンバーグ ～和風ソース～ ポテトのコンソメ煮 花野菜サラダ 白菜の味噌汁	エネルギー 584 kcal たんぱく質 23.9 g 塩分相当量 3.9 g	煎茶 抹茶ようかん	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 638 kcal たんぱく質 25.2 g 塩分相当量 3.9 g
11/30 (木)	ご飯 筑前煮 カリフラワーソテー ほうれん草のお浸し 大根の味噌汁	エネルギー 482 kcal たんぱく質 28.4 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 565 kcal たんぱく質 29.9 g 塩分相当量 3.2 g
12/1 (金)	ご飯 たらのムニエル じゃが芋のピザ風 小松菜の辛し和え 玉葱の味噌汁	エネルギー 530 kcal たんぱく質 26.1 g 塩分相当量 3.6 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 618 kcal たんぱく質 27.4 g 塩分相当量 3.7 g