



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
1/29 (月)	☆カレーランチ☆ キーマカレー さつまいものりんご煮 コールスロー	エネルギー 627 kcal たんぱく質 22.0 g 塩分相当量 2.6 g	紅茶 抹茶ケーキ	エネルギー 74 kcal たんぱく質 1.1 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 701 kcal たんぱく質 23.1 g 塩分相当量 2.7 g
1/30 (火)	ご飯 さわらの塩焼き 煮奴 めかぶの和え物	エネルギー 523 kcal たんぱく質 29.6 g 塩分相当量 3.2 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 577 kcal たんぱく質 30.9 g 塩分相当量 3.2 g
1/31 (水)	麦ご飯 チキンステーキ かきたま汁 もやしの和え物	エネルギー 505 kcal たんぱく質 28.1 g 塩分相当量 2.6 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 604 kcal たんぱく質 30.3 g 塩分相当量 2.7 g
2/1 (木)	ご飯 さばの照焼き 厚揚げのおろし煮 オクラの菜種和え	エネルギー 684 kcal たんぱく質 28.2 g 塩分相当量 3.2 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 787 kcal たんぱく質 31.2 g 塩分相当量 3.2 g
2/2 (金)	ご飯 鶏肉のチーズ焼き れんこんの カレー炒め 小松菜の和え物	エネルギー 540 kcal たんぱく質 28.0 g 塩分相当量 3.1 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 628 kcal たんぱく質 29.3 g 塩分相当量 3.2 g