

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
3/11 (月)	ご飯 たらの生姜醤油 ふきの炒め煮 めかぶの和え物 キャベツの味噌汁	エネルギー 491 kcal たんぱく質 22.4 g 塩分相当量 3.5 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 579 kcal たんぱく質 23.7 g 塩分相当量 3.6 g
3/12 (火)	☆新メニュー☆ ご飯 塩じゃが 白菜のかにあんかけ オクラとろろ ほうれん草の味噌汁	エネルギー 651 kcal たんぱく質 24.5 g 塩分相当量 3.6 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 762 kcal たんぱく質 28.1 g 塩分相当量 3.7 g
3/13 (水)	麦ご飯 赤魚の生姜煮 かきたま汁 ブロッコリーサラダ 南瓜の甘煮	エネルギー 507 kcal たんぱく質 24.1 g 塩分相当量 1.9 g	煎茶 おかしなバナナ	エネルギー 208 kcal たんぱく質 4.1 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 715 kcal たんぱく質 28.2 g 塩分相当量 2 g
3/14 (木)	☆ホワイトデー☆ ご飯 クリームシチュー チーズ入り炒り卵 コールスローサラダ	エネルギー 667 kcal たんぱく質 25.9 g 塩分相当量 2.9 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 770 kcal たんぱく質 28.9 g 塩分相当量 2.9 g
3/15 (金)	ご飯 あじの味噌漬け焼き 出汁巻き玉子 小松菜のごま和え 麩の味噌汁	エネルギー 570 kcal たんぱく質 28.5 g 塩分相当量 2.5 g	紅茶 チョコケーキ	エネルギー 87 kcal たんぱく質 1.0 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 657 kcal たんぱく質 29.5 g 塩分相当量 2.6 g