

# 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
4/1 (月)	ご飯 揚げだし豆腐の 野菜あんかけ 茄子の味噌炒め 青梗菜の和え物 人参の味噌汁	エネルギー 637 kcal たんぱく質 16.8 g 塩分相当量 2.5 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 739 kcal たんぱく質 20.2 g 塩分相当量 2.6 g
4/2 (火)	ご飯 酢豚 さつま揚げの煮物 蒸し鶏の和え物 豆腐の味噌汁	エネルギー 660 kcal たんぱく質 31.0 g 塩分相当量 3.9 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 759 kcal たんぱく質 33.2 g 塩分相当量 4 g
4/3 (水)	☆新メニュー☆ ご飯 たらのふんわり焼き キャベツの味噌汁 ブロッコリーの ごま和え 青梗菜の炒め物	エネルギー 558 kcal たんぱく質 26.8 g 塩分相当量 3.6 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 612 kcal たんぱく質 28.1 g 塩分相当量 3.6 g
4/4 (木)	麦ご飯 八宝菜 しゅうまい カリフラワーの 甘酢漬け 大根の味噌汁	エネルギー 603 kcal たんぱく質 25.6 g 塩分相当量 3.0 g	紅茶 プチケーキ	エネルギー 65 kcal たんぱく質 1.7 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 668 kcal たんぱく質 27.3 g 塩分相当量 3.1 g
4/5 (金)	ご飯 さばの味噌煮 じゃがいもの煮物 白菜サラダ 玉葱の味噌汁	エネルギー 669 kcal たんぱく質 25.7 g 塩分相当量 2.9 g	煎茶 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 763 kcal たんぱく質 26.3 g 塩分相当量 3 g