

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
4/15 (月)	ご飯 麻婆豆腐 ひじきの煮物 いんげんの生姜和え 玉葱の味噌汁	エネルギー 569 kcal たんぱく質 20.7 g 塩分相当量 4.0 g	煎茶 抹茶水ようかん	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 623 kcal たんぱく質 22 g 塩分相当量 4 g
4/16 (火)	☆炊き込みご飯☆ 菜の花ご飯 豚皿 金平ごぼう フルーツ(カクテル) 豆腐の味噌汁	エネルギー 788 kcal たんぱく質 26.0 g 塩分相当量 3.5 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 875 kcal たんぱく質 27 g 塩分相当量 3.6 g
4/17 (水)	麦ご飯 鯖の煮つけ 白菜のお浸し ポテトのコンソメ煮 若竹汁	エネルギー 542 kcal たんぱく質 22.7 g 塩分相当量 1.9 g	煎茶 ババロア (ヨーグルト)	エネルギー 103 kcal たんぱく質 3.6 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 645 kcal たんぱく質 26.3 g 塩分相当量 2 g
4/18 (木)	ご飯 あじの ゆず味噌ソース 薩摩芋と 切昆布の煮物 いんげんの ピーナツ和え キャベツの味噌汁	エネルギー 565 kcal たんぱく質 25.9 g 塩分相当量 2.7 g	煎茶 2つのプチシュー	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 661 kcal たんぱく質 28 g 塩分相当量 2.8 g
4/19 (金)	ご飯 ぎせい豆腐 ピーマンと じゃこの炒め物 蓮根と里芋の 酢味噌和え ほうれん草の味噌汁	エネルギー 545 kcal たんぱく質 23.1 g 塩分相当量 3.5 g	煎茶 抹茶ケーキ	エネルギー 71 kcal たんぱく質 1.8 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 616 kcal たんぱく質 24.9 g 塩分相当量 3.6 g