

🌸🌸🌸🌸🌸 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
4/29 (月)	ご飯 さわらの バターポン酢 切干大根の煮物 オクラのゆかり和え キャベツの味噌汁	エネルギー 572 kcal たんぱく質 26.0 g 塩分相当量 2.9 g	煎茶 クリームワッフル	エネルギー 77 kcal たんぱく質 2.2 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 649 kcal たんぱく質 28.2 g 塩分相当量 3 g
4/30 (火)	麦ご飯 煮込みハンバーグ ほうれん草ソテー フルーツ(みかん) しめじの味噌汁	エネルギー 644 kcal たんぱく質 23.3 g 塩分相当量 2.4 g	煎茶 プチケーキ	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 715 kcal たんぱく質 25.1 g 塩分相当量 2.5 g
5/1 (水)	☆ <u>ご当地メニュー</u> ☆ ご飯 鶏すき 里芋の煮物 玉葱サラダ わかめの味噌汁	エネルギー 525 kcal たんぱく質 27.8 g 塩分相当量 4.2 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 579 kcal たんぱく質 29.1 g 塩分相当量 4.2 g
5/2 (木)	麦ご飯 スパニッシュ オムレツ 蓮根のカレー炒め オクラのおかか和え 大根の味噌汁	エネルギー 552 kcal たんぱく質 22.6 g 塩分相当量 2.4 g	煎茶 バニラババロア	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 655 kcal たんぱく質 25.6 g 塩分相当量 2.4 g
5/3 (金)	☆ <u>新メニュー</u> ☆ ご飯 牛肉の中華炒め 豆腐の味噌汁 トマトサラダ ひじきの煮物	エネルギー 538 kcal たんぱく質 20.9 g 塩分相当量 3.1 g	紅茶 プチケーキ	エネルギー 68 kcal たんぱく質 1.0 g 塩分相当量 0.1 g	エネルギー 606 kcal たんぱく質 21.9 g 塩分相当量 3.2 g