

🍂 🌿 🍄 🌿 🍂 **デイケア週間献立表** 🍄 🌿 🍂 🌿 🍂

	9月22日 (月)	9月23日 (火)	9月24日 (水)	9月25日 (木)	9月26日 (金)
メニュー	<p>☆郷土料理☆</p> <p>ご飯 白身魚唐揚げ あみだいこん(岡山) 小松菜のサラダ 味噌汁</p>	<p>☆麺メニュー☆</p> <p>卵とじうどん キャベツの炒め物 大根の塩麹サラダ</p>	<p>ご飯 豚肉と里芋の煮込み やっこ(醤油) 青梗菜の和え物 味噌汁</p>	<p>☆カレーランチ☆</p> <p>秋の実りカレー ブロッコリーサラダ 黄桃缶の ピーチジュレ</p>	<p>栗ご飯 鮭の若狭焼き 大根と豚肉の炒め物 うまい菜の和え物 味噌汁</p>
栄養量	<p>エネルギー 495 Kcal たんぱく質 23.1 g 食塩相当量 2.2 g</p>	<p>エネルギー 388 Kcal たんぱく質 11.9 g 食塩相当量 3.3 g</p>	<p>エネルギー 581 Kcal たんぱく質 24.3 g 食塩相当量 2.6 g</p>	<p>エネルギー 497 Kcal たんぱく質 17.9 g 食塩相当量 2.0 g</p>	<p>エネルギー 467 Kcal たんぱく質 27.7 g 食塩相当量 2.8 g</p>

※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。