

献立表

[グリーンビレッジ朝霞台]

<デイケア>

(2022年11月28日～2022年12月 4日)

	11月28日 (月)	11月29日 (火)	11月30日 (水)	12月 1日 (木)	12月 2日 (金)	12月 3日 (土)	12月 4日 (日)
昼食	タン麺 シュウマイ 大根サラダ パイン缶	米飯150g 味噌汁 ポークチャップ 菜の花の胡麻和え マンゴー缶 がんもの煮物	赤飯150g お誕生日 すまし汁 ブリ大根 チーズ入りサラダ 柿	米飯150g 春雨スープ 回鍋肉 ひじきサラダ 白桃缶 春雨の炒め物	米飯150g コンソメスープ ホキのグリーンソース 揚げナスのみぞれかけ みかん缶 大豆のトマト煮	米飯150g 味噌汁 野菜肉巻き かぶの煮物 フルーツカクテル ほうれん草の白和え	
	エネルギー 477kcal 蛋白質 19.1g 脂質 9.2g 食塩 3.1g	エネルギー 656kcal 蛋白質 26.3g 脂質 19.4g 食塩 2.9g	エネルギー 543kcal 蛋白質 23.4g 脂質 14.8g 食塩 3.1g	エネルギー 699kcal 蛋白質 23.2g 脂質 17.2g 食塩 4.4g	エネルギー 609kcal 蛋白質 26.2g 脂質 18.2g 食塩 2.9g	エネルギー 536kcal 蛋白質 14.6g 脂質 13.2g 食塩 2.8g	
3時	かっぱえびせん	キャラメルプリン	バームクーヘン	ようかんロール	レーズンクリームサンド ¹⁾	杏仁豆腐	
	エネルギー 58kcal 蛋白質 0.9g 脂質 0.3g 食塩 0.4g	エネルギー 70kcal 蛋白質 1.6g 脂質 3.1g 食塩 0.1g	エネルギー 57kcal 蛋白質 0.7g 脂質 2.8g 食塩 0.0g	エネルギー 88kcal 蛋白質 1.6g 脂質 2.1g 食塩 0.0g	エネルギー 109kcal 蛋白質 1.6g 脂質 6.4g 食塩 0.1g	エネルギー 175kcal 蛋白質 3.1g 脂質 2.9g 食塩 0.2g	
合計	エネルギー 535kcal 蛋白質 20.0g 脂質 9.5g 食塩 3.5g	エネルギー 726kcal 蛋白質 27.9g 脂質 22.5g 食塩 3.0g	エネルギー 600kcal 蛋白質 24.1g 脂質 17.6g 食塩 3.1g	エネルギー 787kcal 蛋白質 24.8g 脂質 19.3g 食塩 4.4g	エネルギー 718kcal 蛋白質 27.8g 脂質 24.6g 食塩 3.0g	エネルギー 711kcal 蛋白質 17.7g 脂質 16.1g 食塩 3.0g	

<めん禁>

- ・ごはん
- ・すまし汁
- ・シュウマイ
- ・大根サラダ
- ・パイン缶
- ・肉野菜炒め

※、献立変更させていただく場合がございます。ご了承下さい。