

# 献立表

[グリーンビレッジ朝霞台]

<デイケア>

(2023年 5月22日～2023年 5月28日)

	5月22日 (月)	5月23日 (火)	5月24日 (水)	5月25日 (木)	5月26日 (金)	5月27日 (土)	5月28日 (日)
昼食	米飯150g すまし汁 鶏肉のマーマレード焼き ポテトサラダ マンゴー缶 野菜炒め	あんかけ焼きそば ぎょうざ 胡瓜と麩の和え物 白桃缶	米飯150g 味噌汁 姫鯛のたらこマヨネーズ焼き トマトサラダ みかん缶 春雨の炒め物	豆ごはん 味噌汁 チキンフライ きのこのソテー フルーツカクテル スパゲティサラダ	米飯150g スープ 鮭のバジルオイル焼き 南瓜サラダ パイン缶 大豆のトマト煮	米飯150g すまし汁 豚肉ともやしの炒め物 ひじき煮 黄桃缶 白菜のゆかり和え	
	エネルギー 599kcal 蛋白質 20.4g 脂質 16.5g 食塩 3.1g	エネルギー 487kcal 蛋白質 19.8g 脂質 11.0g 食塩 2.6g	エネルギー 625kcal 蛋白質 25.6g 脂質 11.5g 食塩 3.2g	エネルギー 641kcal 蛋白質 20.2g 脂質 18.3g 食塩 3.6g	エネルギー 630kcal 蛋白質 28.6g 脂質 16.3g 食塩 2.9g	エネルギー 515kcal 蛋白質 22.9g 脂質 10.7g 食塩 3.5g	
3時	黒糖饅頭	芋ようかん	あんずケーキ	どら焼き	バニラババロア	雪の宿	
	エネルギー 57kcal 蛋白質 1.1g 脂質 0.1g 食塩 0.0g	エネルギー 66kcal 蛋白質 0.3g 脂質 0.0g 食塩 0.0g	エネルギー 78kcal 蛋白質 1.2g 脂質 2.7g 食塩 0.1g	エネルギー 67kcal 蛋白質 1.5g 脂質 0.6g 食塩 0.0g	エネルギー 70kcal 蛋白質 1.4g 脂質 3.2g 食塩 0.0g	エネルギー 69kcal 蛋白質 0.7g 脂質 2.3g 食塩 0.2g	
合計	エネルギー 656kcal 蛋白質 21.5g 脂質 16.6g 食塩 3.1g	エネルギー 553kcal 蛋白質 20.1g 脂質 11.0g 食塩 2.6g	エネルギー 703kcal 蛋白質 26.8g 脂質 14.2g 食塩 3.3g	エネルギー 708kcal 蛋白質 21.7g 脂質 18.9g 食塩 3.6g	エネルギー 700kcal 蛋白質 30.0g 脂質 19.5g 食塩 2.9g	エネルギー 584kcal 蛋白質 23.6g 脂質 13.0g 食塩 3.7g	

<めん禁>

ごはん  
すまし汁  
肉野菜炒め  
胡瓜と麩の和え物  
きんご  
白桃缶

献立変更する場合があります。ご了承ください。