

献立表

[グリーンビレッジ朝霞台]

<デイケア>

(2022年 6月13日～2022年 6月19日)

	6月13日 (月)	6月14日 (火)	6月15日 (水)	6月16日 (木)	6月17日 (金)	6月18日 (土)	6月19日 (日)
昼食	米飯150g すまし汁 家常豆腐 かぶの煮物 白桃缶 春雨サラダ	米飯150g 味噌汁 ホキのマスタード焼き アスパラとコーンのソテー キウイ 卵の花	米飯150g スープ 和風ハンバーグ ほうれん草中華風炒め りんご缶 ポテトサラダ	エビピラフ スープ 鶏唐揚げ甘酢あん フルーツヨーグルト スパゲティサラダ	タン麺 しゅうまい オニオンサラダ バナナ	米飯150g すまし汁 鯖の味噌煮 ごぼうの炒め煮 マンゴー缶 切干ゆず香和え	
	エネルギー 572kcal 蛋白質 16.4g 脂質 15.6g 食塩 3.5g	エネルギー 495kcal 蛋白質 21.8g 脂質 9.5g 食塩 3.4g	エネルギー 647kcal 蛋白質 20.6g 脂質 23.1g 食塩 3.7g	エネルギー 682kcal 蛋白質 24.9g 脂質 23.3g 食塩 4.1g	エネルギー 468kcal 蛋白質 20.1g 脂質 9.6g 食塩 3.4g	エネルギー 598kcal 蛋白質 16.4g 脂質 14.8g 食塩 4.0g	
3時	桃饅頭	南瓜ようかん	メイプルプテケーキ	抹茶ドーナツ	バニラババロア	クリームパン	
	エネルギー 70kcal 蛋白質 1.5g 脂質 1.5g 食塩 0.0g	エネルギー 72kcal 蛋白質 0.9g 脂質 0.1g 食塩 0.0g	エネルギー 58kcal 蛋白質 1.0g 脂質 2.9g 食塩 0.1g	エネルギー 109kcal 蛋白質 1.6g 脂質 6.4g 食塩 0.1g	エネルギー 70kcal 蛋白質 1.4g 脂質 3.2g 食塩 0.0g	エネルギー 82kcal 蛋白質 1.5g 脂質 2.7g 食塩 0.1g	
合計	エネルギー 642kcal 蛋白質 17.9g 脂質 17.1g 食塩 3.5g	エネルギー 567kcal 蛋白質 22.7g 脂質 9.6g 食塩 3.4g	エネルギー 705kcal 蛋白質 21.6g 脂質 26.0g 食塩 3.8g	エネルギー 791kcal 蛋白質 26.5g 脂質 29.7g 食塩 4.2g	エネルギー 538kcal 蛋白質 21.5g 脂質 12.8g 食塩 3.4g	エネルギー 680kcal 蛋白質 17.9g 脂質 17.5g 食塩 4.1g	

献立変更する場合があります。ご了承ください。

<めん類>
ごはん
すまし汁
しゅうまい
オニオンサラダ
肉野菜炒め
バナナ