

# 献立表

[グリーンビレッジ朝霞台]

<デイケア>

(2022年 8月 8日~2022年 8月14日)

	8月 8日 (月)	8月 9日 (火)	8月10日 (水)	8月11日 (木)	8月12日 (金)	8月13日 (土)	8月14日 (日)
昼 食	高菜チャーハン スープ パプリカと豆腐のサラダ <sup>1)</sup> パイン缶 春雨の炒め物	米飯150g 味噌汁 豚肉と大根のこくうま煮 きのこ炒め物 フルーツヨーグルト おからサラダ	冷やし中華 蒸し餃子 アスパラサラダ 洋梨缶	米飯150g 味噌汁 ささみカツ にら炒め みかん缶 ポテトサラダ	米飯150g コンソメスープ 鮭のオイスターマヨソース 畑菜とかかのサラダ 黄桃缶 大根の土佐煮	米飯150g 味噌汁 鶏肉の照り焼き キャベツのソテー フルーツカクテル オクラのおかか和え	
	エネルギー 673kcal 蛋白質 18.6g 脂質 18.5g 食塩 3.5g	エネルギー 570kcal 蛋白質 23.8g 脂質 14.1g 食塩 3.1g	エネルギー 474kcal 蛋白質 18.7g 脂質 9.2g 食塩 2.0g	エネルギー 573kcal 蛋白質 17.8g 脂質 14.6g 食塩 3.3g	エネルギー 509kcal 蛋白質 24.1g 脂質 9.1g 食塩 3.7g	エネルギー 496kcal 蛋白質 24.6g 脂質 8.4g 食塩 3.1g	
3 時	プチケーキ	杏仁豆腐	桃饅頭	バナナカステラ	レモンティゼリー	やわらかおはぎ	
	エネルギー 58kcal 蛋白質 1.0g 脂質 2.9g 食塩 0.1g	エネルギー 55kcal 蛋白質 0.3g 脂質 1.2g 食塩 0.0g	エネルギー 70kcal 蛋白質 1.5g 脂質 1.5g 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 58kcal 蛋白質 0.2g 脂質 1.4g 食塩 0.0g	エネルギー 72kcal 蛋白質 1.5g 脂質 0.2g 食塩 0.1g	
合 計	エネルギー 731kcal 蛋白質 19.6g 脂質 21.4g 食塩 3.6g	エネルギー 625kcal 蛋白質 24.1g 脂質 15.3g 食塩 3.1g	エネルギー 544kcal 蛋白質 20.2g 脂質 10.7g 食塩 2.0g	エネルギー 651kcal 蛋白質 19.0g 脂質 17.3g 食塩 3.4g	エネルギー 567kcal 蛋白質 24.3g 脂質 10.5g 食塩 3.7g	エネルギー 568kcal 蛋白質 26.1g 脂質 8.6g 食塩 3.2g	

<めん禁>

- 、ごはん
- 、すまし汁
- 、餃子
- 、アスパラサラダ<sup>1)</sup>
- 、洋梨缶
- 、南瓜の煮物

※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。