献立表

[グリーンビレッジ朝霞台]
〈デイケア〉
(2022年10月24日～2022年10月30日)

	10月24日（月）	10月25日（火）	10月26日（水）	10月27日（木）	10月28日（金）	10月29日（土）	10月30日（日）
昼食	ほうとううどん 肉団子 マリネサラダ フルーツカクテル	米飯150ｇ すまし汁 鰆の味噌チーズ焼き 南瓜サラダ 白桃缶 ラタトゥユ	米飯150ｇ 中華スープ 八宝菜 かぶの梅マヨ和え パイン缶 ぎょうざ	赤飯150ｇ お誕生日 すまし汁 鮭のバジルオイル焼き 茄子の田楽 オクラと長芋のサラダ マンゴー缶	米飯150ｇ たまごスープ 豚肉ときのこのトマト炒め ポテトの明太子マヨ和え みかん缶 ビーフンソテー	米飯150ｇ スープ 姫鯛のクリームソース ひじきサラダ キウイ 大根のカニカマあんかけ	
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 506kcal 蛋白質 18.6g 脂質 10.0g 食塩 2.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 585kcal 蛋白質 22.5g 脂質 15.2g 食塩 2.7g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 548kcal 蛋白質 19.2g 脂質 10.9g 食塩 4.0g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 565kcal 蛋白質 24.2g 脂質 13.9g 食塩 3.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 606kcal 蛋白質 23.7g 脂質 16.6g 食塩 3.4g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 515kcal 蛋白質 23.2g 脂質 10.2g 食塩 4.0g	
3時	どら焼き	メープルプチケーキ	紅茶ゼリー	ミニようかんロール	キャラメルプリン	ドーナツ	
	ｴﾈﾙｷﾞｰ 90kcal 蛋白質 2.0g 脂質 0.8g 食塩 0.0g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 72kcal 蛋白質 1.3g 脂質 3.7g 食塩 0.2g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 58kcal 蛋白質 0.2g 脂質 1.4g 食塩 0.0g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 70kcal 蛋白質 1.3g 脂質 1.7g 食塩 0.0g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 70kcal 蛋白質 1.6g 脂質 3.1g 食塩 0.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 87kcal 蛋白質 1.3g 脂質 5.1g 食塩 0.1g	
合計	ｴﾈﾙｷﾞｰ 596kcal 蛋白質 20.6g 脂質 10.8g 食塩 2.1g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 657kcal 蛋白質 23.8g 脂質 18.9g 食塩 2.9g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 606kcal 蛋白質 19.4g 脂質 12.3g 食塩 4.0g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 635kcal 蛋白質 25.5g 脂質 15.6g 食塩 3.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 676kcal 蛋白質 25.3g 脂質 19.7g 食塩 3.5g	ｴﾈﾙｷﾞｰ 602kcal 蛋白質 24.5g 脂質 15.3g 食塩 4.1g	

※ 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。

〈めん禁〉
・ごはん
・すまし汁
・肉団子
・マリネサラダ
・フルーツカクテル
・根菜の煮物