

献立表

[グリーンビレッジ朝霞台]

<デイケア>

(2023年 7月24日～2023年 7月30日)

| | 7月24日 (月) | 7月25日 (火) | 7月26日 (水) | 7月27日 (木) | 7月28日 (金) | 7月29日 (土) | 7月30日 (日) |
|----|---|---|---|--|---|--|-----------|
| 昼食 | 米飯150g 中華スープ 回鍋肉 茄子の煮浸し りんご缶 春雨サラダ | 米飯150g 味噌汁 鰯の干物 オクラのたくあん和え パイ缶 金平ごぼう | 米飯150g コンソメスープ ビーフストロガノフ風 セロリとレーズンのサラダ マンゴー缶 スクランブルエッグ | 冷やしとろろうどん 餃子 胡瓜と麩の酢の物 フルーツヨーグルト | 米飯150g 味噌汁 鮭のマヨポン焼き 南瓜の煮物 フルーツカクテル ほうれん草の白和え | うなぎ散らし寿司 すまし汁 ほうれん草お浸し いちごプリン ハンパント食 | |
| | エネルギー 657kcal 蛋白質 21.6g 脂質 20.8g 食塩 3.6g | エネルギー 533kcal 蛋白質 22.1g 脂質 11.4g 食塩 4.2g | エネルギー 670kcal 蛋白質 22.0g 脂質 23.6g 食塩 3.3g | エネルギー 462kcal 蛋白質 15.1g 脂質 6.3g 食塩 2.8g | エネルギー 552kcal 蛋白質 26.0g 脂質 8.1g 食塩 3.0g | エネルギー 437kcal 蛋白質 13.1g 脂質 9.2g 食塩 2.3g | |
| 3時 | ホヤワワ (100g) トロロ アイス | 雪の宿 | ホットケーキ | コーヒーゼリー | 牛乳ケーキ | 今川焼き | |
| | エネルギー 65kcal 蛋白質 1.5g 脂質 2.1g 食塩 0.1g | エネルギー 88kcal 蛋白質 1.6g 脂質 2.1g 食塩 0.0g | エネルギー 81kcal 蛋白質 1.6g 脂質 0.8g 食塩 0.2g | エネルギー 47kcal 蛋白質 1.1g 脂質 1.4g 食塩 0.0g | エネルギー 88kcal 蛋白質 1.8g 脂質 0.4g 食塩 0.0g | エネルギー 66kcal 蛋白質 1.4g 脂質 0.3g 食塩 0.0g | |
| 合計 | エネルギー 722kcal 蛋白質 23.1g 脂質 22.9g 食塩 3.7g | エネルギー 621kcal 蛋白質 23.7g 脂質 13.5g 食塩 4.2g | エネルギー 751kcal 蛋白質 23.6g 脂質 24.4g 食塩 3.5g | エネルギー 509kcal 蛋白質 16.2g 脂質 7.7g 食塩 2.8g | エネルギー 640kcal 蛋白質 27.8g 脂質 8.5g 食塩 3.0g | エネルギー 503kcal 蛋白質 14.5g 脂質 9.5g 食塩 2.3g | |

献立変更する場合があります。ご了承下さい。

<おん禁>

ごはし

すまし汁

きゅうざ

胡瓜と麩の酢の物

とろろ和え

フルーツヨーグルト