

[グリーンビレッジ朝霞台]  
 <デイケア>  
 (2020年 5月11日～2020年 5月17日)



献立表

	5月11日 (月)	5月12日 (火)	5月13日 (水)	5月14日 (木)	5月15日 (金)	5月16日 (土)	5月17日 (日)	
昼食	米飯150g 味噌汁 豆腐ハンバーグ アパラの和風ソテー りんご缶 (りんごゼリー) おさつサラダ	米飯150g 味噌汁 ホッケの香味焼き きのこのバター醤油炒め オレンジ(オレンジジュース) おからサラダ	米飯150g すまし汁 鶏肉のマスタード焼き もやしのナムル フルーツカクテル 大豆のトマト煮	米飯150g 味噌汁 鮭のみりん焼き ごぼうサラダ キウイフルーツ(オレンジ) ひじき煮	ちゃんぽん (お好み) ぎょうざ トマトサラダ バナナ (バナナジュース)	豆ごはん (お好み) コンソメスープ ホキの野菜ソースかけ ポテトサラダ みかん缶 (みかんゼリー) ビーフンソテー		
	エネルギー 640kcal 蛋白質 17.1g 脂質 17.8g 食塩 3.4g	エネルギー 534kcal 蛋白質 22.0g 脂質 14.1g 食塩 3.5g	エネルギー 587kcal 蛋白質 21.3g 脂質 17.9g 食塩 2.8g	エネルギー 548kcal 蛋白質 25.5g 脂質 12.1g 食塩 3.3g	エネルギー 564kcal 蛋白質 22.2g 脂質 11.7g 食塩 2.9g	エネルギー 565kcal 蛋白質 20.4g 脂質 12.9g 食塩 3.5g		
3時	醤油せんべい	今川焼き	バームクーヘン	オレンジケーキ	バニラババロア	羊羹しぐれ		
	エネルギー 70kcal 蛋白質 0.9g 脂質 2.6g 食塩 0.2g	エネルギー 44kcal 蛋白質 0.9g 脂質 0.2g 食塩 0.0g	エネルギー 64kcal 蛋白質 1.2g 脂質 0.9g 食塩 0.0g	エネルギー 64kcal 蛋白質 1.2g 脂質 0.9g 食塩 0.0g	エネルギー 63kcal 蛋白質 1.1g 脂質 2.8g 食塩 0.0g	エネルギー 50kcal 蛋白質 1.1g 脂質 0.1g 食塩 0.1g		
合計	エネルギー 710kcal 蛋白質 18.0g 脂質 20.4g 食塩 3.6g	エネルギー 578kcal 蛋白質 22.9g 脂質 14.3g 食塩 3.5g	エネルギー 651kcal 蛋白質 22.5g 脂質 18.8g 食塩 2.8g	エネルギー 612kcal 蛋白質 26.7g 脂質 13.0g 食塩 3.3g	エネルギー 627kcal 蛋白質 23.3g 脂質 14.5g 食塩 2.9g	エネルギー 615kcal 蛋白質 21.5g 脂質 13.0g 食塩 3.6g		

※ 献立変更の場合があります。

<めん禁>  
 ・ごみ  
 ・お刺身  
 ・ぎょうざ  
 ・トマトサラダ  
 ・バナナ  
 ・肉野菜炒め