

[グリーンビレッジ朝霞台]  
 <デイケア>  
 (2020年 6月15日~2020年 6月21日)



献立表

( )の中は、代替品

	6月15日 (月)	6月16日 (火)	6月17日 (水)	6月18日 (木)	6月19日 (金)	6月20日 (土)	6月21日 (日)
昼食	夏野菜カレー	米飯150g 味噌汁 和風ハンバーグ アスパラとコーンのソテー パイナップル缶(パイナップル) スパゲティサラダ	米飯150g スープ 白身魚フライ ズッキーニのトマト煮 みかん缶(みかん) おさつサラダ	米飯150g すまし汁 鰯の南蛮漬け きのこのソテー マンゴー缶(マンゴー) モロヘイヤお浸し	米飯150g すまし汁 鶏肉が-リックバター焼き 里芋の柚子みそ煮 メロン(メロン) オクラのドレ和え	タン麺 えびしゅうまい オニオンサラダ バナナ(バナナ)	
		エネルギー 557kcal 蛋白質 17.3g 脂質 17.5g 食塩 3.4g	エネルギー 607kcal 蛋白質 19.6g 脂質 16.8g 食塩 3.6g	エネルギー 537kcal 蛋白質 20.1g 脂質 11.2g 食塩 2.6g	エネルギー 568kcal 蛋白質 23.6g 脂質 13.4g 食塩 3.4g	エネルギー 503kcal 蛋白質 26.3g 脂質 5.9g 食塩 3.2g	エネルギー 476kcal 蛋白質 20.5g 脂質 10.6g 食塩 3.3g
3時	バニラババロア	クリームパン	黒糖饅頭	ようかんロール	チョコバナナケーキ	醤油せんべい	
		エネルギー 70kcal 蛋白質 1.4g 脂質 3.2g 食塩 0.0g	エネルギー 61kcal 蛋白質 2.1g 脂質 2.2g 食塩 0.2g	エネルギー 85kcal 蛋白質 1.7g 脂質 0.2g 食塩 0.0g	エネルギー 57kcal 蛋白質 1.1g 脂質 0.1g 食塩 0.0g	エネルギー 96kcal 蛋白質 1.9g 脂質 1.4g 食塩 0.0g	エネルギー 57kcal 蛋白質 1.0g 脂質 0.1g 食塩 0.2g
合計	エネルギー 627kcal 蛋白質 18.7g 脂質 20.7g 食塩 3.4g	エネルギー 668kcal 蛋白質 21.7g 脂質 19.0g 食塩 3.8g	エネルギー 622kcal 蛋白質 21.8g 脂質 11.4g 食塩 2.6g	エネルギー 625kcal 蛋白質 24.7g 脂質 13.5g 食塩 3.4g	エネルギー 599kcal 蛋白質 28.2g 脂質 7.3g 食塩 3.2g	エネルギー 533kcal 蛋白質 21.5g 脂質 10.7g 食塩 3.5g	

※献立変更の場合、あらかじめご了承ください。

めん類、  
 ニンジン  
 -すまし汁  
 -えびしゅうまい  
 -オニオンサラダ  
 -バナナ  
 -肉野菜炒め