

[グリーンビレッジ朝霞台]  
 <デイケア>  
 (2020年 6月22日~2020年 6月28日)



献立表



( ) 以下の日

	6月22日 (月)	6月23日 (火)	6月24日 (水)	6月25日 (木)	6月26日 (金)	6月27日 (土)	6月28日 (日)
昼食	米飯150g 味噌汁 鮭のグリーンソース ひじき煮 黄桃缶 (黄桃ゼリー) 春菊の胡麻和え	米飯150g すまし汁 麻婆豆腐 ブロッコリーサラダ りんご缶 (りんごゼリー) 春巻	赤飯 <b>お誕生日献立</b> すまし汁 てんぷら アスパラと卵のサラダ マンゴー缶 (マンゴーゼリー)	米飯150g コンソメスープ 牛肉とピーマンのトマト炒め 里芋のサラダ キウイ (キウイゼリー) 金平ごぼう	焼きうどん スープ 中華あんかけ玉子 オクラと長芋のサラダ フルーツカクテル	米飯150g 味噌汁 鮭の磯辺焼き かぶのそぼろあんかけ メロン (メロンゼリー) 卵の花	
	エネルギー - 533kcal 蛋白質 26.7g 脂質 10.0g 食塩 4.1g	エネルギー - 598kcal 蛋白質 19.8g 脂質 17.0g 食塩 2.9g	エネルギー - 463kcal 蛋白質 13.3g 脂質 10.3g 食塩 2.7g	エネルギー - 583kcal 蛋白質 19.9g 脂質 14.5g 食塩 3.9g	エネルギー - 509kcal 蛋白質 18.7g 脂質 15.2g 食塩 3.7g	エネルギー - 575kcal 蛋白質 25.6g 脂質 13.5g 食塩 3.4g	
3時	黒糖みるくせんべい	豆乳饅頭	鈴かすてら	メープルドーナツ	アップルティーゼリー	ケーキ	
	エネルギー - 57kcal 蛋白質 1.0g 脂質 0.1g 食塩 0.2g	エネルギー - 76kcal 蛋白質 1.5g 脂質 0.2g 食塩 0.1g	エネルギー - 64kcal 蛋白質 1.2g 脂質 0.9g 食塩 0.0g	エネルギー - 94kcal 蛋白質 0.9g 脂質 5.4g 食塩 0.1g	エネルギー - 18kcal 蛋白質 0.1g 脂質 1.4g 食塩 0.0g	エネルギー - 86kcal 蛋白質 1.0g 脂質 6.7g 食塩 0.1g	
合計	エネルギー - 590kcal 蛋白質 27.7g 脂質 10.1g 食塩 4.3g	エネルギー - 674kcal 蛋白質 21.3g 脂質 17.2g 食塩 3.0g	エネルギー - 527kcal 蛋白質 14.5g 脂質 11.2g 食塩 2.7g	エネルギー - 677kcal 蛋白質 20.8g 脂質 19.9g 食塩 4.0g	エネルギー - 527kcal 蛋白質 18.8g 脂質 16.6g 食塩 3.7g	エネルギー - 661kcal 蛋白質 26.6g 脂質 20.2g 食塩 3.5g	

献立変更の場合がめ曜日。記録下へ。

めん禁

- ニ子
- 可子汁
- 中華あんかけ玉子
- オクラと長芋のサラダ
- フルーツカクテル
- 肉野菜炒め