


献立表

[グリーンビレッジ朝霞台]

<デイケア>

(2020年 6月29日～2020年 7月 5日)

	6月29日 (月)	6月30日 (火)	7月 1日 (水)	7月 2日 (木)	7月 3日 (金)	7月 4日 (土)	7月 5日 (日)
昼食	米飯150g 中華スープ 回鍋肉 胡瓜とツナのドレ和え パイン缶 ビーフソテー	冷やし中華 <i>始めました!</i> ぎょうざ 茄子のみょうが和え メロン	米飯150g 味噌汁 豚肉の中華炒め マカロニサラダ オレンジ ラタトゥユ	米飯150g すまし汁 鮭の照り焼き かぶのカニカマあんかけ りんご缶 胡瓜と若芽の酢の物	米飯150g 味噌汁 鶏肉のクリーム煮 じゃが芋のチリソース キウイフルーツ 小松菜お浸し	オムライス コンソメスープ コロケ  黄桃缶 スパゲティサラダ	
	エネルギー 649kcal 蛋白質 23.3g 脂質 20.4g 食塩 3.5g	エネルギー 468kcal 蛋白質 17.2g 脂質 11.4g 食塩 2.4g	エネルギー 570kcal 蛋白質 24.3g 脂質 15.4g 食塩 3.6g	エネルギー 519kcal 蛋白質 23.8g 脂質 8.5g 食塩 3.7g	エネルギー 624kcal 蛋白質 21.2g 脂質 20.0g 食塩 2.9g	エネルギー 634kcal 蛋白質 19.5g 脂質 19.0g 食塩 3.6g	
3時	チョコブッセ	キャラメルプリン	白あんぱん	抹茶饅頭	海老せんべい	レモンバウム	
	エネルギー 96kcal 蛋白質 1.9g 脂質 1.4g 食塩 0.0g	エネルギー 65kcal 蛋白質 1.5g 脂質 2.1g 食塩 0.1g	エネルギー 54kcal 蛋白質 1.5g 脂質 0.5g 食塩 0.1g	エネルギー 50kcal 蛋白質 1.0g 脂質 0.1g 食塩 0.0g	エネルギー 58kcal 蛋白質 0.9g 脂質 0.3g 食塩 0.4g	エネルギー 111kcal 蛋白質 1.6g 脂質 4.5g 食塩 0.2g	
合計	エネルギー 745kcal 蛋白質 25.2g 脂質 21.8g 食塩 3.5g	エネルギー 533kcal 蛋白質 18.7g 脂質 13.5g 食塩 2.5g	エネルギー 624kcal 蛋白質 25.8g 脂質 15.9g 食塩 3.7g	エネルギー 569kcal 蛋白質 24.8g 脂質 8.6g 食塩 3.7g	エネルギー 682kcal 蛋白質 22.1g 脂質 20.3g 食塩 3.3g	エネルギー 745kcal 蛋白質 21.1g 脂質 23.5g 食塩 3.8g	

めん類
、ごはん
、すまし汁
、ぎょうざ
、茄子のみょうが和え
、中華サラダ
、メロン

献立変更する場合があります。ご了承下さい。