

[グリーンビレッジ朝霞台]
 <デイケア>
 (2020年 7月20日~2020年 7月26日)



献立表



() 1. 2. 3. 4. 5.

	7月20日 (月)	7月21日 (火)	7月22日 (水)	7月23日 (木)	7月24日 (金)	7月25日 (土)	7月26日 (日)
昼食	米飯150g すまし汁 ゴーヤチャンプルー なめこのみぞれ和え マンゴー缶 (マンゴーマリネ) さつまいも甘露煮	豆ごはん すまし汁 赤魚の粕漬け焼き 野菜炒め煮 メロン (メロンムス) おからサラダ	ツナトマトそうめん ポトフ キャベツのゆかり和え バナナヨーグルト	米飯150g コンソメスープ ビーフストロガノフ風 キャベツとコーンのサラダ 白桃缶 (白桃ゼリー) スクランブルエッグ	米飯150g 味噌汁 姫鯛のムニエル イタリア風ナスとトマト オレンジ (オレンジムス) ポテトサラダ	米飯150g 味噌汁 バジルチキン さつまいもサラダ フルーツカクテル 金平ごぼう	
	エネルギー 612kcal 蛋白質 25.4g 脂質 12.7g 食塩 2.8g	エネルギー 495kcal 蛋白質 22.0g 脂質 10.8g 食塩 4.3g	エネルギー 433kcal 蛋白質 13.9g 脂質 12.6g 食塩 3.1g	エネルギー 680kcal 蛋白質 22.9g 脂質 26.9g 食塩 3.0g	エネルギー 597kcal 蛋白質 24.4g 脂質 17.7g 食塩 3.5g	エネルギー 640kcal 蛋白質 19.9g 脂質 17.4g 食塩 3.3g	
3時	コーヒーゼリー	プチケーキショコラ	豆乳饅頭	雪の宿	チーズバウム	ケーキ (サマフェリー)	
	エネルギー 56kcal 蛋白質 0.7g 脂質 1.4g 食塩 0.0g	エネルギー 87kcal 蛋白質 1.5g 脂質 4.4g 食塩 0.2g	エネルギー 72kcal 蛋白質 1.5g 脂質 0.2g 食塩 0.1g	エネルギー 69kcal 蛋白質 0.7g 脂質 2.3g 食塩 0.2g	エネルギー 92kcal 蛋白質 1.4g 脂質 3.8g 食塩 0.2g	エネルギー 57kcal 蛋白質 0.7g 脂質 2.8g 食塩 0.0g	
合計	エネルギー 668kcal 蛋白質 26.1g 脂質 14.1g 食塩 2.8g	エネルギー 582kcal 蛋白質 23.5g 脂質 15.2g 食塩 4.5g	エネルギー 505kcal 蛋白質 15.4g 脂質 12.8g 食塩 3.2g	エネルギー 749kcal 蛋白質 23.6g 脂質 29.2g 食塩 3.2g	エネルギー 689kcal 蛋白質 25.8g 脂質 21.5g 食塩 3.7g	エネルギー 697kcal 蛋白質 20.6g 脂質 20.2g 食塩 3.3g	

めん類
 ごはん
 すまし汁
 ポトフ
 キャベツのゆかり和え
 バナナヨーグルト
 トマトサラダ

献立変更取組場合がめりある。記録ください。