



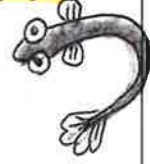
献立表

[グリーンビレッジ朝霞台]

<デイケア>

(2020年 7月27日~2020年 8月 2日)

() の中 I. Y. K. のカ.

	7月27日 (月)	7月28日 (火)	7月29日 (水)	7月30日 (木)	7月31日 (金)	8月 1日 (土)	8月 2日 (日)
昼食	みょうがしらすごはん	米飯150g	米飯150g	冷やしきつねそば	米飯150g	うなぎ散らし寿司	
	すまし汁 茄子の味噌炒め 豆腐サラダ すいか (スイカゼリー)	味噌汁 豚肉とごぼうの炒め煮 ブロッコリーサラダ ヨーグルト和え 切干大根	すまし汁 ホッケの塩焼き アスパラときのこのソテー フルーツカクテル マカロニサラダ	えびしゅまい 長芋とオクラのサラダ バナナ (バナナムス)	すまし汁 鶏肉の南蛮焼き かぶのカニカマあんかけ 洋梨缶 (洋梨ゼリー) 小松菜のお浸し	すまし汁 炊き合わせ ほうれん草お浸し いちごプリン	
	エネルギー 492kcal 蛋白質 17.2g 脂質 11.2g 食塩 3.8g	エネルギー 567kcal 蛋白質 23.4g 脂質 11.6g 食塩 3.1g	エネルギー 587kcal 蛋白質 22.0g 脂質 16.5g 食塩 3.0g	エネルギー 562kcal 蛋白質 22.2g 脂質 9.4g 食塩 2.7g	エネルギー 590kcal 蛋白質 20.0g 脂質 16.0g 食塩 3.2g	エネルギー 594kcal 蛋白質 20.4g 脂質 16.3g 食塩 3.2g	
3時	海老せんべい	抹茶饅頭	アイス	アイス	アイス	クリームパン	
	エネルギー 69kcal 蛋白質 0.7g 脂質 2.3g 食塩 0.2g	エネルギー 57kcal 蛋白質 1.1g 脂質 0.1g 食塩 0.0g	エネルギー 67kcal 蛋白質 1.6g 脂質 0.8g 食塩 0.2g	エネルギー 18kcal 蛋白質 0.2g 脂質 1.0g 食塩 0.1g	エネルギー 95kcal 蛋白質 1.3g 脂質 4.1g 食塩 0.1g	エネルギー 55kcal 蛋白質 1.0g 脂質 1.8g 食塩 0.1g	
合計	エネルギー 561kcal 蛋白質 17.9g 脂質 13.5g 食塩 4.0g	エネルギー 624kcal 蛋白質 24.5g 脂質 11.7g 食塩 3.1g	エネルギー 654kcal 蛋白質 23.6g 脂質 17.3g 食塩 3.2g	エネルギー 580kcal 蛋白質 22.4g 脂質 10.4g 食塩 2.8g	エネルギー 685kcal 蛋白質 21.3g 脂質 20.1g 食塩 3.3g	エネルギー 649kcal 蛋白質 21.4g 脂質 18.1g 食塩 3.3g	

めん類

※痛む液更取場合あり可。記録に付す。

- 餅まん
- すまし汁
- えびしゅまい
- 長芋とオクラのサラダ
- ハナ
- ほうれん草の煮浸し