

献立表

[グリーンビレッジ朝霞台]

<デイケア>

(2021年 6月14日～2021年 6月20日)

	6月14日 (月)	6月15日 (火)	6月16日 (水)	6月17日 (木)	6月18日 (金)	6月19日 (土)	6月20日 (日)
昼食	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 パイン缶 切干ゆず香和え	米飯150g スープ ホキのマスタード焼き ほうれん草中華風炒め りんご缶 春雨サラダ	タン麺 えびしゅうまい オニオンサラダ バナナ	夏野菜カレー スープ ブロッコリーサラダ フルーツヨーグルト スクランブルエッグ	米飯150g すまし汁 鯖の味噌煮 ごぼうの炒め煮 マンゴー缶 おからサラダ	米飯150g すまし汁 鶏肉の梅しそ焼き ズッキーニのトマト煮 キウイ マカロニサラダ	
	エネルギー 550kcal 蛋白質 18.9g 脂質 10.1g 食塩 4.0g	エネルギー 564kcal 蛋白質 20.2g 脂質 16.8g 食塩 3.4g	エネルギー 543kcal 蛋白質 21.8g 脂質 10.7g 食塩 3.3g	エネルギー 591kcal 蛋白質 16.2g 脂質 20.9g 食塩 3.6g	エネルギー 606kcal 蛋白質 17.4g 脂質 16.2g 食塩 3.7g	エネルギー 626kcal 蛋白質 22.7g 脂質 19.8g 食塩 3.4g	
3時	メイプルプテケーキ	南瓜ようかん	ぼたぼた焼き	クリームパン	バニラババロア	豆乳饅頭	
	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 0.9g 脂質 0.1g 食塩 0.0g	エネルギー 64kcal 蛋白質 0.6g 脂質 1.4g 食塩 0.3g	エネルギー 55kcal 蛋白質 1.0g 脂質 1.8g 食塩 0.1g	エネルギー 48kcal 蛋白質 0.9g 脂質 2.5g 食塩 0.0g	エネルギー 50kcal 蛋白質 1.0g 脂質 0.1g 食塩 0.0g	
合計	エネルギー 637kcal 蛋白質 20.4g 脂質 14.5g 食塩 4.2g	エネルギー 636kcal 蛋白質 21.1g 脂質 16.9g 食塩 3.4g	エネルギー 607kcal 蛋白質 22.4g 脂質 12.1g 食塩 3.6g	エネルギー 646kcal 蛋白質 17.2g 脂質 22.7g 食塩 3.7g	エネルギー 654kcal 蛋白質 18.3g 脂質 18.7g 食塩 3.7g	エネルギー 676kcal 蛋白質 23.7g 脂質 19.9g 食塩 3.4g	

めん類
ニ子
おろし汁
えびしゅうまい
オニオンサラダ
バナナ
肉野菜炒め

※ 献立変更可能な場合があります。ご了承ください。