

献立表

[グリーンビレッジ朝霞台]

<デイケア>

(2023年 8月21日～2023年 8月27日)

	8月21日 (月)	8月22日 (火)	8月23日 (水)	8月24日 (木)	8月25日 (金)	8月26日 (土)	8月27日 (日)
昼食	米飯150g すまし汁 麻婆豆腐 冬瓜の煮物 マンゴー缶 小松菜のドレ和え	赤飯150g すまし汁 鮭の塩麹焼き 炊き合わせ みかん缶	米飯150g すまし汁 鶏肉の味噌焼き 人参の炒め物 フルーツカクテル缶 ポテトサラダ	ごまだれうどん から揚げ モロヘイヤのお浸し バナナヨーグルト	米飯150g 味噌汁 豚肉とエリンギの炒め物 マリネサラダ パイナップル缶 さつま芋甘露煮	米飯150g すまし汁 ホキの香り焼き ひじきサラダ キウイ 里芋のそぼろ煮	
	エネルギー 540kcal 蛋白質 17.1g 脂質 12.7g 食塩 3.2g	エネルギー 520kcal 蛋白質 27.3g 脂質 9.5g 食塩 3.1g	エネルギー 613kcal 蛋白質 20.8g 脂質 19.0g 食塩 3.4g	エネルギー 563kcal 蛋白質 28.5g 脂質 15.0g 食塩 2.8g	エネルギー 669kcal 蛋白質 23.4g 脂質 17.3g 食塩 2.6g	エネルギー 527kcal 蛋白質 21.2g 脂質 11.7g 食塩 3.9g	
3時	キャラメルプリン	パウンドケーキ	黒糖みるくせんべい	豆乳饅頭	南瓜ババロア	どら焼き	
	エネルギー 65kcal 蛋白質 1.5g 脂質 2.1g 食塩 0.1g	エネルギー 84kcal 蛋白質 1.1g 脂質 4.7g 食塩 0.1g	エネルギー 71kcal 蛋白質 0.6g 脂質 2.6g 食塩 0.2g	エネルギー 48kcal 蛋白質 1.0g 脂質 0.1g 食塩 0.0g	エネルギー 82kcal 蛋白質 1.5g 脂質 2.7g 食塩 0.1g	エネルギー 112kcal 蛋白質 2.5g 脂質 1.0g 食塩 0.1g	
合計	エネルギー 605kcal 蛋白質 18.6g 脂質 14.8g 食塩 3.3g	エネルギー 604kcal 蛋白質 28.4g 脂質 14.2g 食塩 3.2g	エネルギー 684kcal 蛋白質 21.4g 脂質 21.6g 食塩 3.6g	エネルギー 611kcal 蛋白質 29.5g 脂質 15.1g 食塩 2.8g	エネルギー 751kcal 蛋白質 24.9g 脂質 20.0g 食塩 2.7g	エネルギー 639kcal 蛋白質 23.7g 脂質 12.7g 食塩 4.0g	

めん類

ごはん
すまし汁
からあげ
モロヘイヤのお浸し
バナナヨーグルト
ポテトサラダ

南大位変更可能な場合があります。

ご承知ください。