

献立表

[グリーンビレッジ朝霞台]

<デイケア>

(2023年10月16日～2023年10月22日)

	10月16日 (月)	10月17日 (火)	10月18日 (水)	10月19日 (木)	10月20日 (金)	10月21日 (土)	10月22日 (日)
昼食	米飯150g コンソメスープ バジルチキン トマトサラダ マンゴー缶 野菜炒め	米飯150g 味噌汁 鮭の柚子焼き タラコポテトサラダ パイナップル缶 切干大根煮	米飯150g すまし汁 鶏肉の韓国風甘みそ炒め カリフラワーサラダ キウイ ラタトゥユ	秋野菜カレー コンソメスープ 野菜ドレ和え フルーツカクテル スクランブルエッグ	米飯150g すまし汁 ホキの味噌マヨ焼き 大根の中華炒め りんご缶 さつまいもサラダ	味噌ラーメン ぎょうざ ブロッコリーサラダ 洋梨缶	
	エネルギー 502kcal 蛋白質 22.1g 脂質 9.0g 食塩 3.1g	エネルギー 592kcal 蛋白質 25.6g 脂質 13.0g 食塩 3.1g	エネルギー 493kcal 蛋白質 22.3g 脂質 10.0g 食塩 3.0g	エネルギー 598kcal 蛋白質 16.5g 脂質 18.2g 食塩 3.0g	エネルギー 576kcal 蛋白質 21.5g 脂質 13.7g 食塩 3.1g	エネルギー 507kcal 蛋白質 20.3g 脂質 10.4g 食塩 2.4g	
3時	パウンドケーキ	いちごババロア	羊羹しぐれ	チョコパン	黒糖ゼリー	ソフトサラダせんべい	
	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 1.4g 脂質 3.2g 食塩 0.0g	エネルギー 88kcal 蛋白質 1.6g 脂質 2.1g 食塩 0.0g	エネルギー 58kcal 蛋白質 1.1g 脂質 2.0g 食塩 0.1g	エネルギー 57kcal 蛋白質 0.2g 脂質 1.4g 食塩 0.0g	エネルギー 70kcal 蛋白質 0.6g 脂質 2.6g 食塩 0.3g	
合計	エネルギー 586kcal 蛋白質 23.2g 脂質 13.7g 食塩 3.2g	エネルギー 663kcal 蛋白質 27.0g 脂質 16.2g 食塩 3.1g	エネルギー 581kcal 蛋白質 23.9g 脂質 12.1g 食塩 3.0g	エネルギー 656kcal 蛋白質 17.6g 脂質 20.2g 食塩 3.1g	エネルギー 633kcal 蛋白質 21.7g 脂質 15.1g 食塩 3.1g	エネルギー 577kcal 蛋白質 20.9g 脂質 13.0g 食塩 2.7g	

献立変更する場合があります。ご了承下さい。

<おん禁>

ごはん
すまし汁
肉野菜炒め
ブロッコリーサラダ
ぎょうざ
洋梨缶