

献立表

[グリーンビレッジ朝霞台]

<デイケア>

(2023年11月13日～2023年11月19日)

	11月13日 (月)	11月14日 (火)	11月15日 (水)	11月16日 (木)	11月17日 (金)	11月18日 (土)	11月19日 (日)
昼食	米飯150g コンソメスープ 豚肉とインギの炒め物 キャベツのソテー りんご缶 おからサラダ	米飯150g 味噌汁 鱈の塩焼き 胡瓜と麩の酢の物 みかん缶 金平ごぼう	味噌ラーメン 春巻き 菜の花の菜種和え バナナヨーグルト	米飯150g コーンスープ 鶏肉のトマト煮 シルバーサラダ フルーツカクテル スクランブルエッグ	米飯150g すまし汁 ホキの甘酢あんかけ ビーンズサラダ 白桃缶 かぶのコンソメ煮	きのこごはん すまし汁 鶏肉の塩麴焼き 小松菜の辛し和え マンゴー缶 さつま芋甘露煮	
	エネルギー - 545kcal 蛋白質 22.7g 脂質 12.4g 食塩 2.9g	エネルギー - 513kcal 蛋白質 23.0g 脂質 9.5g 食塩 3.9g	エネルギー - 440kcal 蛋白質 18.9g 脂質 8.6g 食塩 3.2g	エネルギー - 623kcal 蛋白質 20.3g 脂質 19.0g 食塩 2.1g	エネルギー - 519kcal 蛋白質 20.7g 脂質 10.0g 食塩 2.5g	エネルギー - 596kcal 蛋白質 24.0g 脂質 11.0g 食塩 3.1g	
3時	抹茶パバロア	ホットケーキ	今川焼き	ピーナツパン	豆乳饅頭	黒糖ゼリー	
	エネルギー - 84kcal 蛋白質 1.7g 脂質 3.1g 食塩 0.0g	エネルギー - 81kcal 蛋白質 1.6g 脂質 0.8g 食塩 0.2g	エネルギー - 66kcal 蛋白質 1.4g 脂質 0.3g 食塩 0.0g	エネルギー - 73kcal 蛋白質 1.7g 脂質 3.1g 食塩 0.1g	エネルギー - 72kcal 蛋白質 1.5g 脂質 0.2g 食塩 0.1g	エネルギー - 57kcal 蛋白質 0.2g 脂質 1.4g 食塩 0.0g	
合計	エネルギー - 629kcal 蛋白質 24.4g 脂質 15.5g 食塩 2.9g	エネルギー - 594kcal 蛋白質 24.6g 脂質 10.3g 食塩 4.1g	エネルギー - 506kcal 蛋白質 20.3g 脂質 8.9g 食塩 3.2g	エネルギー - 696kcal 蛋白質 22.0g 脂質 22.1g 食塩 2.2g	エネルギー - 591kcal 蛋白質 22.2g 脂質 10.2g 食塩 2.6g	エネルギー - 653kcal 蛋白質 24.2g 脂質 12.4g 食塩 3.1g	

<おん禁>
ごはん
すまし汁
肉野菜炒め
菜の花の菜種和え
春巻き
バナナヨーグルト

献立変更する場合があります。ご了承下さい。