

## 献立表

[グリーンビレッジ朝霞台]

<デイケア>

(2023年12月11日～2023年12月17日)

	12月11日 (月)	12月12日 (火)	12月13日 (水)	12月14日 (木)	12月15日 (金)	12月16日 (土)	12月17日 (日)
昼食	米飯150g	ほうとううどん	米飯150g	米飯150g	ゆかり御飯	米飯150g	
	味噌汁	厚揚げ甘辛煮	コンソメスープ	コンソメスープ	スープ	味噌汁	
	豚しゃぶ風	アスパラの梅マヨ和え	ササミカツ	姫鯛のムニエル	茄子の肉味噌炒め	鯆の南蛮漬け	
	里芋の柚子味噌煮	バナナヨーグルト	エビマリネ	キャベツのトマトクリーム煮	ブロッコリー中華ドレ和え	ほうれん草ときのこの *今*物	
	洋梨缶		パイン缶	フルーツカクテル	オレンジ	洋梨缶	
	小松菜のお浸し		野菜炒め	マカロニサラダ	ビーフンソテー	ポテトサラダ	
	エネルギー - 551kcal 蛋白質 22.8g 脂質 10.5g 食塩 3.3g	エネルギー - 492kcal 蛋白質 20.8g 脂質 12.7g 食塩 3.0g	エネルギー - 535kcal 蛋白質 16.1g 脂質 11.1g 食塩 3.0g	エネルギー - 594kcal 蛋白質 22.9g 脂質 14.9g 食塩 3.4g	エネルギー - 543kcal 蛋白質 16.2g 脂質 14.0g 食塩 4.3g	エネルギー - 600kcal 蛋白質 23.3g 脂質 17.6g 食塩 3.4g	
3時	紅茶ケーキ	マロンババロア	黒糖饅頭	ソフトサラダせんべい	カステラ	プリン	
	エネルギー - 65kcal 蛋白質 1.5g 脂質 1.6g 食塩 0.0g	エネルギー - 71kcal 蛋白質 1.5g 脂質 3.2g 食塩 0.0g	エネルギー - 57kcal 蛋白質 1.1g 脂質 0.1g 食塩 0.0g	エネルギー - 70kcal 蛋白質 0.6g 脂質 2.6g 食塩 0.3g	エネルギー - 87kcal 蛋白質 1.3g 脂質 5.1g 食塩 0.1g	エネルギー - 65kcal 蛋白質 1.3g 脂質 2.1g 食塩 0.1g	
合計	エネルギー - 616kcal 蛋白質 24.3g 脂質 12.1g 食塩 3.3g	エネルギー - 563kcal 蛋白質 22.3g 脂質 15.9g 食塩 3.0g	エネルギー - 592kcal 蛋白質 17.2g 脂質 11.2g 食塩 3.0g	エネルギー - 664kcal 蛋白質 23.5g 脂質 17.5g 食塩 3.7g	エネルギー - 630kcal 蛋白質 17.5g 脂質 19.1g 食塩 4.4g	エネルギー - 665kcal 蛋白質 24.6g 脂質 19.7g 食塩 3.5g	

<めん類>

ごぼん

すまし汁

豚肉と根菜の煮物

アスパラの梅マヨ和え

厚揚げ甘辛煮

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。