

## 献立表

[グリーンビレッジ朝霞台]

<デイケア>

(2023年12月25日～2023年12月31日)

	12月25日 (月)	12月26日 (火)	12月27日 (水)	12月28日 (木)	12月29日 (金)	12月30日 (土)	12月31日 (日)
昼食	クリスマスシチュー ミネストローネ グリルチキン たまごポテトサラダ  <i>イベント食</i>	米飯150g スープ 鮭の香草焼き イタリア風E <sup>+</sup> とトマトのソテー キウイ スパゲティサラダ	米飯150g 味噌汁 豚肉とゴボウの醤油バター 大根たらこ炒め 白桃缶 小松菜のお浸し	米飯150g 味噌汁 姫鯛のムニエル 人参とツナ炒め物 パイン缶 ほうれん草白和え	米飯150g 味噌汁 バジルチキン カブの花のイタリアサラダ みかん缶 ビーフンソテー	米飯150g 味噌汁 鱈の西京焼き さつま芋の煮物 マンゴー缶 オクラの湯葉和え	
	エネルギー - 566kcal 蛋白質 21.5g 脂質 14.8g 食塩 2.8g	エネルギー - 531kcal 蛋白質 25.1g 脂質 13.4g 食塩 2.8g	エネルギー - 535kcal 蛋白質 21.9g 脂質 10.5g 食塩 3.4g	エネルギー - 537kcal 蛋白質 23.8g 脂質 11.9g 食塩 2.9g	エネルギー - 568kcal 蛋白質 22.9g 脂質 15.5g 食塩 3.1g	エネルギー - 658kcal 蛋白質 24.2g 脂質 11.2g 食塩 3.8g	
3時	クリスマスケーキ	南瓜ようかん	豆乳饅頭	バームクーヘン	ようかんロール	カステラ	
	エネルギー - 71kcal 蛋白質 1.1g 脂質 3.9g 食塩 0.1g	エネルギー - 33kcal 蛋白質 0.8g 脂質 0.1g 食塩 0.0g	エネルギー - 98kcal 蛋白質 1.5g 脂質 3.3g 食塩 0.1g	エネルギー - 56kcal 蛋白質 1.2g 脂質 0.2g 食塩 0.3g	エネルギー - 88kcal 蛋白質 1.6g 脂質 2.1g 食塩 0.0g	エネルギー - 78kcal 蛋白質 1.7g 脂質 4.2g 食塩 0.1g	
合計	エネルギー - 637kcal 蛋白質 22.6g 脂質 18.7g 食塩 2.9g	エネルギー - 564kcal 蛋白質 25.9g 脂質 13.5g 食塩 2.8g	エネルギー - 633kcal 蛋白質 23.4g 脂質 13.8g 食塩 3.5g	エネルギー - 593kcal 蛋白質 25.0g 脂質 12.1g 食塩 3.2g	エネルギー - 656kcal 蛋白質 24.5g 脂質 17.6g 食塩 3.1g	エネルギー - 736kcal 蛋白質 25.9g 脂質 15.4g 食塩 3.9g	

献立変更する場合があります。ご了承下さい。