

献立表

[グリーンビレッジ朝霞台]

<デイケア>

(2024年 2月19日～2024年 2月25日)

	2月19日 (月)	2月20日 (火)	2月21日 (水)	2月22日 (木)	2月23日 (金)	2月24日 (土)	2月25日 (日)
昼食	米飯150g すまし汁 鱈のトマトクリームソース アスパラのソテー 洋梨缶 人参のナムル	茶飯150g 味噌汁 おでん 畑菜とツのサラダ ババロア	米飯150g コンソメスープ 鮭の味噌マヨ焼き ほうれん草のナムル りんご缶 春雨の炒め物	米飯150g 味噌汁 肉じゃが かぶと明太子の和え物 マンゴー缶 厚焼き玉子	米飯150g すまし汁 鶏肉の梅しそ焼き 人参の炒め物 パイ缶 切干ゆず香り和え	米飯150g 味噌汁 カレイのみぞれ煮 もやしサラダ バナナヨーグルト ひじき入り蓮根金平	
	エネルギー - 550kcal 蛋白質 21.8g 脂質 12.0g 食塩 3.5g	エネルギー - 488kcal 蛋白質 17.4g 脂質 10.7g 食塩 2.9g	エネルギー - 611kcal 蛋白質 26.3g 脂質 9.8g 食塩 3.4g	エネルギー - 616kcal 蛋白質 24.7g 脂質 12.7g 食塩 12.5g	エネルギー - 537kcal 蛋白質 22.6g 脂質 10.8g 食塩 3.4g	エネルギー - 516kcal 蛋白質 23.3g 脂質 7.1g 食塩 3.1g	
3時	おやつ おやつ	水ようかん	ピーナツパン	どら焼き	星型せんべい	マンゴープリン	
	エネルギー - 118kcal 蛋白質 1.8g 脂質 4.0g 食塩 0.1g	エネルギー - 66kcal 蛋白質 1.5g 脂質 0.1g 食塩 0.0g	エネルギー - 58kcal 蛋白質 1.3g 脂質 2.5g 食塩 0.1g	エネルギー - 90kcal 蛋白質 2.0g 脂質 0.8g 食塩 0.0g	エネルギー - 76kcal 蛋白質 0.6g 脂質 3.7g 食塩 0.2g	エネルギー - 105kcal 蛋白質 2.1g 脂質 2.4g 食塩 0.2g	
合計	エネルギー - 668kcal 蛋白質 23.6g 脂質 16.0g 食塩 3.6g	エネルギー - 554kcal 蛋白質 18.9g 脂質 10.8g 食塩 2.9g	エネルギー - 669kcal 蛋白質 27.6g 脂質 12.3g 食塩 3.5g	エネルギー - 706kcal 蛋白質 26.7g 脂質 13.5g 食塩 12.5g	エネルギー - 613kcal 蛋白質 23.2g 脂質 14.5g 食塩 3.6g	エネルギー - 621kcal 蛋白質 25.4g 脂質 9.5g 食塩 3.3g	

献立変更する場合があります。ご了承下さい。