

献立表

[グリーンビレッジ朝霞台]

<デイケア>

(2024年 4月 8日~2024年 4月14日)

	4月 8日 (月)	4月 9日 (火)	4月10日 (水)	4月11日 (木)	4月12日 (金)	4月13日 (土)	4月14日 (日)
昼食	米飯150g 味噌汁 鮭の柚子焼き 南瓜サラダ りんご缶 金平ごぼう	米飯150g 味噌汁 鶏肉が-リックバター焼き キャベツと大豆のカレーソテー パイン缶 スパゲティサラダ	米飯150g すまし汁 鯖の西京焼き オニオンサラダ 黄桃缶 さつま芋甘露煮	味噌ラーメン 餃子 菜の花のサラダ フルーツヨーグルト	エビピラフ コーンスープ もやしと竹輪のたらこ キウイ ほうれん草の白和え	米飯150g すまし汁 姫鯛のバターポン酢焼き きのこのソテー フルーツカクテル オクラの湯葉和え	
	エネルギー 547kcal 蛋白質 24.0g 脂質 8.6g 食塩 3.1g	エネルギー 673kcal 蛋白質 22.8g 脂質 26.0g 食塩 3.1g	エネルギー 597kcal 蛋白質 23.2g 脂質 11.6g 食塩 2.5g	エネルギー 554kcal 蛋白質 22.8g 脂質 12.9g 食塩 2.7g	エネルギー 499kcal 蛋白質 16.4g 脂質 11.0g 食塩 2.7g	エネルギー 521kcal 蛋白質 23.3g 脂質 11.3g 食塩 3.2g	
3時	ソフトサラダせんべい	白あんぱん	コーヒーゼリー	ショコラプチケーキ	プリン	抹茶饅頭	
	エネルギー 70kcal 蛋白質 0.6g 脂質 2.6g 食塩 0.3g	エネルギー 54kcal 蛋白質 1.5g 脂質 0.5g 食塩 0.1g	エネルギー 37kcal 蛋白質 0.7g 脂質 1.4g 食塩 0.0g	エネルギー 96kcal 蛋白質 1.4g 脂質 6.0g 食塩 0.1g	エネルギー 105kcal 蛋白質 2.7g 脂質 2.4g 食塩 0.1g	エネルギー 75kcal 蛋白質 1.5g 脂質 0.2g 食塩 0.0g	
合計	エネルギー 617kcal 蛋白質 24.6g 脂質 11.2g 食塩 3.4g	エネルギー 727kcal 蛋白質 24.3g 脂質 26.5g 食塩 3.2g	エネルギー 634kcal 蛋白質 23.9g 脂質 13.0g 食塩 2.5g	エネルギー 650kcal 蛋白質 24.2g 脂質 18.9g 食塩 2.8g	エネルギー 604kcal 蛋白質 19.1g 脂質 13.4g 食塩 2.8g	エネルギー 596kcal 蛋白質 24.8g 脂質 11.5g 食塩 3.2g	

<おん禁>

ごはん
すまし汁
きんぴら
菜の花のサラダ
肉野菜炒め
フルーツヨーグルト

献立変更する場合があります。ご了承下さい。