

# 献立表

[グリーンビレッジ朝霞台]

<デイケア>

(2024年 4月15日~2024年 4月21日)

	4月15日 (月)	4月16日 (火)	4月17日 (水)	4月18日 (木)	4月19日 (金)	4月20日 (土)	4月21日 (日)
昼食	米飯150g 味噌汁 鶏肉の山椒焼き ブロッコリーサラダ 洋梨缶 ひじき入り蓮根金平	米飯150g 味噌汁 カレイのみぞれ煮 長芋の和え物 みかん缶 卵の花	米飯150g すまし汁 春野菜チンジャオロース カリフラワーサラダ フルーツカクテル ぎょうざ	カレーライス スープ ブロッコリーサラダ りんご缶 メンチカツ	米飯150g 味噌汁 鮭のグリーンソース ポークビーンズ パイ缶 青梗菜のドレ和え	きつねそば 肉団子 かぶのサラダ バナナヨーグルト	
	エネルギー 592kcal 蛋白質 20.9g 脂質 17.4g 食塩 3.1g	エネルギー 469kcal 蛋白質 23.0g 脂質 4.3g 食塩 2.8g	エネルギー 683kcal 蛋白質 25.1g 脂質 19.3g 食塩 3.5g	エネルギー 606kcal 蛋白質 19.5g 脂質 16.9g 食塩 3.6g	エネルギー 567kcal 蛋白質 31.0g 脂質 12.3g 食塩 2.5g	エネルギー 515kcal 蛋白質 21.8g 脂質 9.2g 食塩 2.4g	
3時	レモンティーゼリー	黒糖饅頭	ドーナツ	芋ようかん	珈琲クリームサンド	チョコパン	
	エネルギー 98kcal 蛋白質 0.4g 脂質 1.4g 食塩 0.0g	エネルギー 85kcal 蛋白質 1.7g 脂質 0.2g 食塩 0.0g	エネルギー 109kcal 蛋白質 1.6g 脂質 6.4g 食塩 0.1g	エネルギー 110kcal 蛋白質 0.6g 脂質 0.0g 食塩 0.1g	エネルギー 98kcal 蛋白質 2.3g 脂質 2.4g 食塩 0.1g	エネルギー 72kcal 蛋白質 1.4g 脂質 2.5g 食塩 0.1g	
合計	エネルギー 690kcal 蛋白質 21.3g 脂質 18.8g 食塩 3.1g	エネルギー 554kcal 蛋白質 24.7g 脂質 4.5g 食塩 2.8g	エネルギー 792kcal 蛋白質 26.7g 脂質 25.7g 食塩 3.6g	エネルギー 716kcal 蛋白質 20.1g 脂質 16.9g 食塩 3.7g	エネルギー 665kcal 蛋白質 33.3g 脂質 14.7g 食塩 2.6g	エネルギー 587kcal 蛋白質 23.2g 脂質 11.7g 食塩 2.5g	

献立変更する場合があります。ご了承下さい。

<X禁>

ごはん  
すまし汁  
肉団子  
かぶのサラダ  
[みかん]の和え物  
バナナヨーグルト