

## 献立表

[グリーンビレッジ朝霞台]

<デイケア>

(2024年 5月13日～2024年 5月19日)

	5月13日 (月)	5月14日 (火)	5月15日 (水)	5月16日 (木)	5月17日 (金)	5月18日 (土)	5月19日 (日)
昼食	米飯150g すまし汁 姫鯛のパン粉焼き もやしのナムル りんご缶 大豆のトマト煮	米飯150g コンソメスープ 鶏肉とキャベツのガリ 山芋のサラダ マンゴー缶 大根の煮物	醤油ラーメン カニシューマイ 大根サラダ バナナヨーグルト	米飯150g すまし汁 豚肉の生姜焼き ズッキーニのトマト煮 みかん缶 ポテトサラダ	チャーハン 中華スープ 麻婆茄子 黄桃缶 春雨サラダ	米飯150g 味噌汁 ホキの野菜ソースかけ ベーコンソテー キウイ 卵の花	
	エネルギー - 502kcal 蛋白質 25.5g 脂質 8.9g 食塩 2.4g	エネルギー - 495kcal 蛋白質 20.2g 脂質 8.6g 食塩 3.2g	エネルギー - 489kcal 蛋白質 19.6g 脂質 11.8g 食塩 3.3g	エネルギー - 561kcal 蛋白質 21.8g 脂質 12.9g 食塩 3.0g	エネルギー - 621kcal 蛋白質 16.3g 脂質 21.8g 食塩 3.5g	エネルギー - 510kcal 蛋白質 23.1g 脂質 10.6g 食塩 3.0g	
3時	白あんぱん	ドーナツ	杏仁豆腐	ようかんロール	アップルティーゼリー	星型せんべい	
	エネルギー - 81kcal 蛋白質 2.3g 脂質 0.7g 食塩 0.1g	エネルギー - 142kcal 蛋白質 1.4g 脂質 8.0g 食塩 0.1g	エネルギー - 98kcal 蛋白質 1.8g 脂質 1.8g 食塩 0.1g	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 0.3g 脂質 1.4g 食塩 0.0g	エネルギー - 76kcal 蛋白質 0.6g 脂質 3.7g 食塩 0.2g	
合計	エネルギー - 583kcal 蛋白質 27.8g 脂質 9.6g 食塩 2.5g	エネルギー - 637kcal 蛋白質 21.6g 脂質 16.6g 食塩 3.3g	エネルギー - 587kcal 蛋白質 21.4g 脂質 13.6g 食塩 3.4g	エネルギー - 649kcal 蛋白質 23.4g 脂質 15.0g 食塩 3.0g	エネルギー - 699kcal 蛋白質 16.6g 脂質 23.2g 食塩 3.5g	エネルギー - 586kcal 蛋白質 23.7g 脂質 14.3g 食塩 3.2g	

献立変更する場合があります。ご了承下さい。