

## 献立表

[グリーンビレッジ朝霞台]

<デイケア>

(2024年 6月10日～2024年 6月16日)

	6月10日 (月)	6月11日 (火)	6月12日 (水)	6月13日 (木)	6月14日 (金)	6月15日 (土)	6月16日 (日)
昼食	<b>菜飯</b> スープ 鶏肉のたらこマヨネーズ 長芋サラダ パイン缶 金平ごぼう	米飯150g すまし汁 家常豆腐 かぶの煮物 りんご缶 小松菜のお浸し	米飯150g すまし汁 鯖の照り焼き トマトサラダ マンゴー缶 卵の花	米飯150g 味噌汁 鶏肉のマスタード焼き アスパラとコーンのソテー 白桃缶 酢の物	<b>タン麺</b> しゅうまい オニオンサラダ みかん缶	米飯150g 味噌汁 和風ハンバーグ ほうれん草中華風炒め フルーツヨーグルト ポテトサラダ	
	エネルギー - 555kcal 蛋白質 23.7g 脂質 9.9g 食塩 4.3g	エネルギー - 546kcal 蛋白質 16.7g 脂質 14.5g 食塩 3.1g	エネルギー - 576kcal 蛋白質 23.0g 脂質 16.3g 食塩 2.8g	エネルギー - 554kcal 蛋白質 20.2g 脂質 16.5g 食塩 2.9g	エネルギー - 481kcal 蛋白質 20.6g 脂質 9.6g 食塩 2.9g	エネルギー - 660kcal 蛋白質 22.2g 脂質 20.6g 食塩 3.6g	
3時	チーズバウム	<b>コーヒーゼリー</b>	ドーナツ	メイプルプチケーキ	<b>マロンババロア</b>	黒糖饅頭	
	エネルギー - 92kcal 蛋白質 1.4g 脂質 3.8g 食塩 0.2g	エネルギー - 57kcal 蛋白質 0.2g 脂質 1.4g 食塩 0.0g	エネルギー - 118kcal 蛋白質 1.8g 脂質 4.0g 食塩 0.1g	エネルギー - 72kcal 蛋白質 1.3g 脂質 3.7g 食塩 0.2g	エネルギー - 71kcal 蛋白質 1.5g 脂質 3.2g 食塩 0.0g	エネルギー - 85kcal 蛋白質 1.7g 脂質 0.2g 食塩 0.0g	
合計	エネルギー - 647kcal 蛋白質 25.1g 脂質 13.7g 食塩 4.5g	エネルギー - 603kcal 蛋白質 16.9g 脂質 15.9g 食塩 3.1g	エネルギー - 694kcal 蛋白質 24.8g 脂質 20.3g 食塩 2.9g	エネルギー - 626kcal 蛋白質 21.5g 脂質 20.2g 食塩 3.1g	エネルギー - 552kcal 蛋白質 22.1g 脂質 12.8g 食塩 2.9g	エネルギー - 745kcal 蛋白質 23.9g 脂質 20.8g 食塩 3.6g	

献立変更する場合があります。ご了承下さい。

<メニュー>

ごはん  
 すまし汁  
 肉野菜炒め  
 オニオンサラダ  
 しゅうまい  
 みかん缶