

献立表

[グリーンビレッジ朝霞台]

<デイケア>

(2024年 8月 5日～2024年 8月11日)

	8月 5日 (月)	8月 6日 (火)	8月 7日 (水)	8月 8日 (木)	8月 9日 (金)	8月10日 (土)	8月11日 (日)
昼食	冷やし中華	米飯150g すまし汁 チキン南蛮 南瓜サラダ みかん缶 ラタトゥユ	米飯150g 味噌汁 鰯フライ にら炒め マンゴー缶 スパゲティサラダ	米飯150g 味噌汁 豚肉と大根のこくうま煮 きのこ炒め物 パイ缶 おからサラダ	高菜チャーハン スープ パプリカと豆腐のサラダ フルーツヨーグルト 春巻き	米飯150g 味噌汁 鮭の香草焼き 冬瓜のカニカマあんか 黄桃缶 小松菜のお浸し	
	エネルギー 491kcal 蛋白質 18.7g 脂質 11.1g 食塩 1.9g	エネルギー 573kcal 蛋白質 23.0g 脂質 13.4g 食塩 2.8g	エネルギー 553kcal 蛋白質 15.5g 脂質 12.8g 食塩 2.8g	エネルギー 550kcal 蛋白質 22.1g 脂質 12.8g 食塩 2.8g	エネルギー 605kcal 蛋白質 19.1g 脂質 18.8g 食塩 3.1g	エネルギー 525kcal 蛋白質 24.6g 脂質 9.5g 食塩 2.9g	
3時	ポタポタ焼き	杏仁豆腐	バナナオムレット 	桃饅頭	抹茶ババロア	クリームパン	
	エネルギー 64kcal 蛋白質 0.6g 脂質 1.4g 食塩 0.3g	エネルギー 98kcal 蛋白質 1.8g 脂質 1.8g 食塩 0.1g	エネルギー 95kcal 蛋白質 1.3g 脂質 4.1g 食塩 0.1g	エネルギー 84kcal 蛋白質 1.8g 脂質 1.7g 食塩 0.0g	エネルギー 86kcal 蛋白質 1.6g 脂質 3.5g 食塩 0.0g	エネルギー 55kcal 蛋白質 1.0g 脂質 1.8g 食塩 0.1g	
合計	エネルギー 555kcal 蛋白質 19.3g 脂質 12.5g 食塩 2.2g	エネルギー 671kcal 蛋白質 24.8g 脂質 15.2g 食塩 2.9g	エネルギー 648kcal 蛋白質 16.8g 脂質 16.9g 食塩 2.9g	エネルギー 634kcal 蛋白質 23.9g 脂質 14.5g 食塩 2.8g	エネルギー 691kcal 蛋白質 20.7g 脂質 22.3g 食塩 3.1g	エネルギー 580kcal 蛋白質 25.6g 脂質 11.3g 食塩 3.0g	

<めん禁>

- 、ごはん
- 、すまし汁
- 、きょうざ
- 、アスパラサラダ
- 、洋梨缶
- 、里芋の煮物

献立変更する場合があります。ご了承下さい。