

## 献立表

[グリーンビレッジ朝霞台]

<デイケア>

(2024年 8月12日～2024年 8月18日)

|    | 8月12日 (月)  | 8月13日 (火)   | 8月14日 (水)                                     | 8月15日 (木)  | 8月16日 (金)  | 8月17日 (土)   | 8月18日 (日) |
|----|--|---|---|--|--|---|-----------|
| 昼食 | ゆかり御飯<br>すまし汁<br>豆腐ハンバーグ<br>シルバーサラダ<br>みかん缶<br>さつま芋甘露煮 | 米飯150g<br>すまし汁<br>赤魚もろみ焼き<br>ビーンズサラダ<br>フルーツカクテル<br>金平ごぼう | あんかけ焼きそば<br>シューマイ<br>かぶの梅マヨ和え<br>白桃缶          | 米飯150g<br>すまし汁<br>鱈のクリームソース<br>ほうれん草とえのきの<br>マンゴー缶<br>胡瓜の酢の物 | 米飯150g<br>すまし汁<br>豚肉と玉葱のスタミナ炒め<br>里芋のサラダ<br>パイナップル缶<br>ビーフンソテー | 米飯150g<br>味噌汁<br>鱈の山椒焼き<br>トマトサラダ<br>ヨーグルト和え<br>卵の花 |           |
|    | エネルギー - 596kcal 蛋白質 15.3g<br>脂質 15.7g 食塩 3.0g          | エネルギー - 523kcal 蛋白質 21.5g<br>脂質 10.4g 食塩 2.6g             | エネルギー - 501kcal 蛋白質 22.3g<br>脂質 12.9g 食塩 3.2g | エネルギー - 492kcal 蛋白質 21.9g<br>脂質 7.7g 食塩 3.3g                 | エネルギー - 564kcal 蛋白質 20.2g<br>脂質 13.0g 食塩 2.5g                  | エネルギー - 578kcal 蛋白質 23.3g<br>脂質 15.4g 食塩 2.5g       |           |
| 3時 | 白あんぱん  | 苺クリームサンド  | 芋ようかん   | チョコバウム   | アイス  | マンゴープリン   |           |
|    | エネルギー - 81kcal 蛋白質 2.3g<br>脂質 0.7g 食塩 0.1g             | エネルギー - 96kcal 蛋白質 1.9g<br>脂質 1.4g 食塩 0.0g                | エネルギー - 88kcal 蛋白質 0.4g<br>脂質 0.0g 食塩 0.0g    | エネルギー - 66kcal 蛋白質 1.4g<br>脂質 0.3g 食塩 0.0g                   | エネルギー - 84kcal 蛋白質 1.1g<br>脂質 4.7g 食塩 0.1g                     | エネルギー - 69kcal 蛋白質 1.0g<br>脂質 1.9g 食塩 0.1g          |           |
| 合計 | エネルギー - 677kcal 蛋白質 17.6g<br>脂質 16.4g 食塩 3.1g          | エネルギー - 619kcal 蛋白質 23.4g<br>脂質 11.8g 食塩 2.6g             | エネルギー - 589kcal 蛋白質 22.7g<br>脂質 12.9g 食塩 3.2g | エネルギー - 558kcal 蛋白質 23.3g<br>脂質 8.0g 食塩 3.3g                 | エネルギー - 648kcal 蛋白質 21.3g<br>脂質 17.7g 食塩 2.6g                  | エネルギー - 647kcal 蛋白質 24.3g<br>脂質 17.3g 食塩 2.6g       |           |

献立変更する場合があります。ご了承下さい。

あんかけ  
 - すまし汁  
 - 肉野菜炒め  
 - かぶの梅マヨ和え  
 - 白桃缶  
 - シューマイ