

献立表

[グリーンビレッジ朝霞台]

<デイケア>

(2024年 8月19日～2024年 8月25日)

	8月19日 (月)	8月20日 (火)	8月21日 (水)	8月22日 (木)	8月23日 (金)	8月24日 (土)	8月25日 (日)
昼食	赤飯150g すまし汁 赤魚の西京焼き 炊き合わせ マンゴー缶	米飯150g すまし汁 豚肉と卵のトマト炒め 冬瓜の煮物 みかん缶 オクラのゆかり和え	米飯150g 味噌汁 鮭の塩麴焼き ブロッコリーのじゃこ炒め 洋梨缶 切干ゆず香り和え	ごまだれうどん から揚げ ほうれん草の磯辺和え バナナヨーグルト	米飯150g すまし汁 タラのたらこマヨネーズ ^焼 人参の炒め物 フルーツカクテル缶 ほうれん草の白和え	米飯150g 味噌汁 豚肉とエリンギの炒め物 マリネサラダ パイン缶 ぎょうざ	
	エネルギー 612kcal 蛋白質 27.6g 脂質 17.5g 食塩 3.2g	エネルギー 499kcal 蛋白質 19.0g 脂質 10.2g 食塩 2.8g	エネルギー 498kcal 蛋白質 25.3g 脂質 6.5g 食塩 3.5g	エネルギー 535kcal 蛋白質 27.7g 脂質 14.8g 食塩 2.7g	エネルギー 508kcal 蛋白質 23.0g 脂質 10.0g 食塩 2.4g	エネルギー 639kcal 蛋白質 25.5g 脂質 19.1g 食塩 3.1g	
3時	キャラメルプリン	羊羹しぐれ	レーズンクリームサンド	黒糖みるくせんべい	南瓜ババロア	豆乳饅頭	
	エネルギー 114kcal 蛋白質 2.8g 脂質 4.4g 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 98kcal 蛋白質 1.2g 脂質 4.2g 食塩 0.1g	エネルギー 71kcal 蛋白質 0.6g 脂質 2.6g 食塩 0.2g	エネルギー 66kcal 蛋白質 1.1g 脂質 2.4g 食塩 0.0g	エネルギー 48kcal 蛋白質 1.0g 脂質 0.1g 食塩 0.0g	
合計	エネルギー 726kcal 蛋白質 30.4g 脂質 21.9g 食塩 3.3g	エネルギー 587kcal 蛋白質 20.6g 脂質 12.3g 食塩 2.8g	エネルギー 596kcal 蛋白質 26.5g 脂質 10.7g 食塩 3.6g	エネルギー 606kcal 蛋白質 28.3g 脂質 17.4g 食塩 2.9g	エネルギー 574kcal 蛋白質 24.1g 脂質 12.4g 食塩 2.4g	エネルギー 687kcal 蛋白質 26.5g 脂質 19.2g 食塩 3.1g	

<めん類>

ごはん

すまし汁

から揚げ

ほうれん草磯辺和え

トマトサラダ

バナナヨーグルト

献立変更する場合があります。ご了承下さい。