

献立表

[グリーンビレッジ朝霞台]

<デイケア>

(2024年 9月16日～2024年 9月22日)

	9月16日 (月)	9月17日 (火)	9月18日 (水)	9月19日 (木)	9月20日 (金)	9月21日 (土)	9月22日 (日)
昼食	栗ごはん すまし汁 てんぷら ほうれん草の錦糸和え みかん缶 <i>敬老の日</i>	米飯150g すまし汁 カレイの香草焼き なべしぎ りんご缶 さつま芋の白和え	月見そば しゅうまい かぶのサラダ フルーツカクテル	米飯150g すまし汁 酢豚風 茄子のピリ辛サラダ パイン缶 春雨の炒め物	米飯150g すまし汁 鯖の味噌煮 ブロッコリーのカレー和え マンゴー缶 大豆のトマト煮	米飯150g 味噌汁 豚肉のすき焼き風煮 白菜のたくあん和え 黄桃缶 里芋のそぼろ煮	
	エネルギー 484kcal 蛋白質 12.5g 脂質 5.6g 食塩 2.6g	エネルギー 621kcal 蛋白質 19.8g 脂質 20.1g 食塩 2.3g	エネルギー 508kcal 蛋白質 24.0g 脂質 12.1g 食塩 2.8g	エネルギー 642kcal 蛋白質 20.1g 脂質 17.5g 食塩 2.9g	エネルギー 606kcal 蛋白質 25.5g 脂質 19.1g 食塩 3.0g	エネルギー 517kcal 蛋白質 20.4g 脂質 9.8g 食塩 2.7g	
3時	練り切り	豆乳饅頭	海老せんべい	抹茶ババロア	芋ようかん	もみじ饅頭 	
	エネルギー 72kcal 蛋白質 1.5g 脂質 0.2g 食塩 0.1g	エネルギー 48kcal 蛋白質 1.0g 脂質 0.1g 食塩 0.0g	エネルギー 58kcal 蛋白質 0.9g 脂質 0.3g 食塩 0.4g	エネルギー 84kcal 蛋白質 1.7g 脂質 3.1g 食塩 0.0g	エネルギー 74kcal 蛋白質 0.5g 脂質 0.1g 食塩 0.0g	エネルギー 75kcal 蛋白質 2.1g 脂質 1.6g 食塩 0.0g	
合計	エネルギー 556kcal 蛋白質 14.0g 脂質 5.8g 食塩 2.7g	エネルギー 669kcal 蛋白質 20.8g 脂質 20.2g 食塩 2.3g	エネルギー 566kcal 蛋白質 24.9g 脂質 12.4g 食塩 3.2g	エネルギー 726kcal 蛋白質 21.8g 脂質 20.6g 食塩 2.9g	エネルギー 680kcal 蛋白質 26.0g 脂質 19.2g 食塩 3.0g	エネルギー 592kcal 蛋白質 22.5g 脂質 11.4g 食塩 2.7g	

献立変更する場合があります。ご了承下さい。

<めん禁>

- ・ごはん
- ・すまし汁
- ・しゅうまい
- ・かぶのサラダ
- ・フルーツカクテル
- ・温泉卵