

# 献立表

[グリーンビレッジ朝霞台]

<デイケア>

(2024年 9月23日～2024年 9月29日)

	9月23日 (月)	9月24日 (火)	9月25日 (水)	9月26日 (木)	9月27日 (金)	9月28日 (土)	9月29日 (日)
昼食	米飯150g 味噌汁 カレイのポン酢焼き 人参とツナの炒め物 黄桃缶 切干ゆず香り和え	米飯150g 味噌汁 タンドリーチキン ゴボウとインゲンの卵そば みかん缶 マカロニサラダ	炊き込みごはん すまし汁 ホキのマスタード焼き ブロッコリーサラダ パイン缶 さつま芋甘露煮	ちゃんぽん しゅうまい セロリとレーズンのサラダ マンゴー缶	米飯150g 味噌汁 豚肉ときのこのトマト 里芋のサラダ フルーツヨーグルト 野菜ビーフン	米飯150g 味噌汁 鮭の照り焼き ビーンズサラダ 洋梨缶 金平ごぼう	
	エネルギー 543kcal 蛋白質 21.9g 脂質 13.3g 食塩 3.4g	エネルギー 562kcal 蛋白質 19.5g 脂質 17.4g 食塩 2.7g	エネルギー 532kcal 蛋白質 22.4g 脂質 9.5g 食塩 2.1g	エネルギー 564kcal 蛋白質 20.4g 脂質 16.2g 食塩 2.5g	エネルギー 603kcal 蛋白質 22.3g 脂質 13.5g 食塩 3.5g	エネルギー 587kcal 蛋白質 25.8g 脂質 14.4g 食塩 3.0g	
3時	カステラ	ピーナツパン	コーヒーゼリー	雪の宿	どら焼き	杏仁豆腐	
	エネルギー 98kcal 蛋白質 1.5g 脂質 3.3g 食塩 0.1g	エネルギー 87kcal 蛋白質 2.0g 脂質 3.7g 食塩 0.1g	エネルギー 52kcal 蛋白質 1.2g 脂質 1.4g 食塩 0.0g	エネルギー 69kcal 蛋白質 0.7g 脂質 2.3g 食塩 0.2g	エネルギー 112kcal 蛋白質 2.5g 脂質 1.0g 食塩 0.1g	エネルギー 56kcal 蛋白質 1.1g 脂質 1.1g 食塩 0.0g	
合計	エネルギー 641kcal 蛋白質 23.4g 脂質 16.6g 食塩 3.5g	エネルギー 649kcal 蛋白質 21.5g 脂質 21.1g 食塩 2.8g	エネルギー 584kcal 蛋白質 23.6g 脂質 10.9g 食塩 2.1g	エネルギー 633kcal 蛋白質 21.1g 脂質 18.5g 食塩 2.7g	エネルギー 715kcal 蛋白質 24.8g 脂質 14.5g 食塩 3.6g	エネルギー 643kcal 蛋白質 26.9g 脂質 15.5g 食塩 3.0g	

<めん禁>

ごはん

すまし汁

しゅうまい

セロリとレーズンのサラダ

マンゴー缶

肉野菜炒め

献立変更する場合があります。ご了承下さい。