

献立表

[グリーンビレッジ朝霞台]

<デイケア>

(2024年 9月30日～2024年10月 6日)

	9月30日 (月)	10月 1日 (火)	10月 2日 (水)	10月 3日 (木)	10月 4日 (金)	10月 5日 (土)	10月 6日 (日)
昼食	米飯150g 中華スープ 麻婆豆腐 酢の物 洋梨缶 野菜炒め	米飯150g 味噌汁 ホッケの塩焼き 長芋の梅肉和え パイ缶 ひじき入り蓮根金平	米飯150g すまし汁 インゲン肉巻き トマトサラダ みかん缶 大根の煮物	米飯150g 中華スープ 回鍋肉 冬瓜のカニカマあんかけ りんご缶 春雨サラダ	さつま芋ご飯 すまし汁 白身フライ 野菜角煮の煮物 黄桃缶 小松菜のお浸し	米飯150g すまし汁 肉団子の甘酢あんかけ オーロラポテトサラダ マンゴー缶 厚焼きたまご	
	エネルギー 600kcal 蛋白質 18.3g 脂質 15.8g 食塩 2.9g	エネルギー 486kcal 蛋白質 19.5g 脂質 8.0g 食塩 3.0g	エネルギー 519kcal 蛋白質 22.2g 脂質 14.5g 食塩 2.2g	エネルギー 547kcal 蛋白質 20.3g 脂質 11.9g 食塩 3.4g	エネルギー 594kcal 蛋白質 17.6g 脂質 12.0g 食塩 3.6g	エネルギー 641kcal 蛋白質 20.4g 脂質 18.4g 食塩 3.5g	
3時	マンゴープリン	蒸しパン	豆乳饅頭	オレンジケーキ	黒糖ゼリー	白あんぱん	
	エネルギー 105kcal 蛋白質 2.1g 脂質 2.4g 食塩 0.2g	エネルギー 98kcal 蛋白質 2.0g 脂質 4.2g 食塩 0.1g	エネルギー 85kcal 蛋白質 1.7g 脂質 0.2g 食塩 0.0g	エネルギー 72kcal 蛋白質 1.4g 脂質 2.4g 食塩 0.1g	エネルギー 57kcal 蛋白質 0.2g 脂質 1.4g 食塩 0.0g	エネルギー 54kcal 蛋白質 1.5g 脂質 0.5g 食塩 0.1g	
合計	エネルギー 705kcal 蛋白質 20.4g 脂質 18.2g 食塩 3.1g	エネルギー 584kcal 蛋白質 21.5g 脂質 12.2g 食塩 3.1g	エネルギー 604kcal 蛋白質 23.9g 脂質 14.7g 食塩 2.2g	エネルギー 619kcal 蛋白質 21.7g 脂質 14.3g 食塩 3.5g	エネルギー 651kcal 蛋白質 17.8g 脂質 13.4g 食塩 3.6g	エネルギー 695kcal 蛋白質 21.9g 脂質 18.9g 食塩 3.6g	

献立変更する場合があります。ご了承下さい。