

献立表

[グリーンビレッジ朝霞台]

<デイケア>

(2024年11月 4日～2024年11月10日)

	11月 4日 (月)	11月 5日 (火)	11月 6日 (水)	11月 7日 (木)	11月 8日 (金)	11月 9日 (土)	11月10日 (日)
昼食	米飯150g すまし汁 鮭の塩麴焼き にら炒め りんご缶 切干ゆず香り和え	チャーハン 中華スープ 麻婆茄子 パイン缶 ブロッコリーサラダ	鶏そば えびシューマイ 春菊の白和え 黄桃缶	米飯150g すまし汁 鯖の韓国風焼き 冬瓜のカニカマあんかけ 洋梨缶 オクラのおかか和え	米飯150g 人参のポタージュ バジルチキン ポテトグラタン風 マンゴー缶 ひじきサラダ	米飯150g 味噌汁 カレイの菜種焼き 胡瓜の酢の物 みかん缶 甘栗サラダ	
	エネルギー - 516kcal 蛋白質 24.4g 脂質 9.8g 食塩 3.7g	エネルギー - 559kcal 蛋白質 17.4g 脂質 13.7g 食塩 4.5g	エネルギー - 511kcal 蛋白質 26.3g 脂質 10.1g 食塩 3.1g	エネルギー - 579kcal 蛋白質 24.8g 脂質 15.5g 食塩 4.0g	エネルギー - 669kcal 蛋白質 24.0g 脂質 20.1g 食塩 3.2g	エネルギー - 557kcal 蛋白質 22.4g 脂質 15.9g 食塩 3.1g	
3時	豆乳饅頭	バニラババロア	ドーナツ	ぼたぼた焼き	あんずケーキ	芋ようかん	
	エネルギー - 60kcal 蛋白質 1.3g 脂質 0.2g 食塩 0.1g	エネルギー - 70kcal 蛋白質 1.4g 脂質 3.2g 食塩 0.0g	エネルギー - 109kcal 蛋白質 1.6g 脂質 6.4g 食塩 0.1g	エネルギー - 64kcal 蛋白質 0.6g 脂質 1.4g 食塩 0.3g	エネルギー - 95kcal 蛋白質 1.1g 脂質 5.4g 食塩 0.1g	エネルギー - 74kcal 蛋白質 0.5g 脂質 0.1g 食塩 0.0g	
合計	エネルギー - 576kcal 蛋白質 25.7g 脂質 10.0g 食塩 3.8g	エネルギー - 629kcal 蛋白質 18.8g 脂質 16.9g 食塩 4.5g	エネルギー - 620kcal 蛋白質 27.9g 脂質 16.5g 食塩 3.2g	エネルギー - 643kcal 蛋白質 25.4g 脂質 16.9g 食塩 4.3g	エネルギー - 764kcal 蛋白質 25.1g 脂質 25.5g 食塩 3.3g	エネルギー - 631kcal 蛋白質 22.9g 脂質 16.0g 食塩 3.1g	

<めん類の考>

ごはん
すまし汁
えびシューマイ
鶏肉おろし
春菊の白和え
黄桃缶

献立変更する場合があります。ご了承下さい。