

# 献立表

施設：グリーンビレッジ朝霞台  
 食種：デイケア/A  
 期間：2024/11/25～2024/12/01

	月 1月20日	火 1月21日	水 1月22日	木 1月23日	金 1月24日	土 1月25日
昼	味噌ラーメン しゅうまい ナムル バナナヨーグルト	米飯150g コンソメスープ 鱈のクリーム煮 冬瓜の煮物 フルーツカクテル オクラの湯葉和え	米飯150g 中華スープ 八宝菜 オーロラポテトサラダ マンゴー缶 春雨の炒め物	<b>ビビンバ</b> お好み 春雨スープ えびしゅうまい アスパラサラダ 杏仁豆腐	米飯150g 味噌汁 鰯の南蛮漬け さつま芋の煮物 りんご缶 小松菜のお浸し	米飯150g 味噌汁 とんかつ 車麩の煮物 みかん缶 ポテトサラダ
	エネルギー 564kcal 蛋白質 21.0g 脂質 17.3g 食塩 3.1g	エネルギー 498kcal 蛋白質 20.8g 脂質 7.6g 食塩 3.0g	エネルギー 520kcal 蛋白質 16.9g 脂質 9.3g 食塩 3.5g	エネルギー 564kcal 蛋白質 18.9g 脂質 14.0g 食塩 3.1g	エネルギー 552kcal 蛋白質 21.8g 脂質 8.3g 食塩 2.9g	エネルギー 637kcal 蛋白質 18.2g 脂質 17.7g 食塩 3.2g
3時	ピーナツパン	チョコウェーブケーキ	キャラメルプリン	海老せんべい	抹茶クリームサンド	<b>コーヒーゼリー</b>
	エネルギー 89kcal 蛋白質 2.1g 脂質 3.8g 食塩 0.2g	エネルギー 80kcal 蛋白質 1.6g 脂質 1.2g 食塩 0.0g	エネルギー 91kcal 蛋白質 1.9g 脂質 3.4g 食塩 0.1g	エネルギー 56kcal 蛋白質 1.2g 脂質 0.2g 食塩 0.3g	エネルギー 91kcal 蛋白質 1.5g 脂質 2.8g 食塩 0.0g	エネルギー 57kcal 蛋白質 0.2g 脂質 1.4g 食塩 0.0g
日計	エネルギー 653kcal 蛋白質 23.1g 脂質 21.1g 食塩 3.3g	エネルギー 578kcal 蛋白質 22.4g 脂質 8.8g 食塩 3.0g	エネルギー 611kcal 蛋白質 18.8g 脂質 12.7g 食塩 3.6g	エネルギー 620kcal 蛋白質 20.1g 脂質 14.2g 食塩 3.4g	エネルギー 643kcal 蛋白質 23.3g 脂質 11.1g 食塩 2.9g	エネルギー 694kcal 蛋白質 18.4g 脂質 19.1g 食塩 3.2g

献立変更する場合があります。ご了承ください。

めん類

- じかん
- だし汁
- 肉野菜炒め
- タル
- しょうゆ