



献立表



施設：グリーンビレッジ朝霞台

食種：デイケア/A

	月 4月14日	火 4月15日	水 4月16日	木 4月17日	金 4月18日	土 4月19日	
昼	けんちんうどん 肉団子 かぶのサラダ バナナヨーグルト	米飯150 g 味噌汁 鱈の和風トマト煮 ブロッコリーサラダ マンゴー缶 切干大根煮	米飯150 g 味噌汁 鶏肉の山椒焼き ブロッコリーサラダ 洋梨缶 ひじき煮	米飯150 g 味噌汁 メバルのみぞれ煮 長芋の和え物 みかん缶 ふきと湯葉の含め煮	米飯150 g すまし汁 春野菜チンジャオロース風 カリフラワーサラダ フルーツカクテル ラタトゥユ	カレーライス スープ 茄子のポン酢和え りんご缶 オムレツ	
	エネルギー 458kcal 蛋白質 19.4 g 脂質 8.0 g 食塩 2.3 g	エネルギー 446kcal 蛋白質 19.7 g 脂質 4.0 g 食塩 2.7 g	エネルギー 570kcal 蛋白質 20.8 g 脂質 16.8 g 食塩 2.9 g	エネルギー 433kcal 蛋白質 18.8 g 脂質 3.7 g 食塩 2.7 g	エネルギー 558kcal 蛋白質 22.9 g 脂質 9.4 g 食塩 3.2 g	エネルギー 553kcal 蛋白質 16.2 g 脂質 15.9 g 食塩 3.4 g	
3時	豆乳饅頭	黒糖ゼリー	パウンドケーキ	ドーナツ	海老せんべい	プリン	
	エネルギー 76kcal 蛋白質 1.5 g 脂質 0.2 g 食塩 0.1 g	エネルギー 57kcal 蛋白質 0.2 g 脂質 1.4 g 食塩 0.0 g	エネルギー 84kcal 蛋白質 1.1 g 脂質 4.7 g 食塩 0.1 g	エネルギー 87kcal 蛋白質 1.3 g 脂質 5.1 g 食塩 0.1 g	エネルギー 57kcal 蛋白質 1.0 g 脂質 0.1 g 食塩 0.2 g	エネルギー 65kcal 蛋白質 1.5 g 脂質 2.1 g 食塩 0.1 g	
日計	エネルギー 534kcal 蛋白質 20.9 g 脂質 8.2 g 食塩 2.4 g	エネルギー 503kcal 蛋白質 19.9 g 脂質 5.4 g 食塩 2.7 g	エネルギー 654kcal 蛋白質 21.9 g 脂質 21.5 g 食塩 3.0 g	エネルギー 520kcal 蛋白質 20.1 g 脂質 8.8 g 食塩 2.8 g	エネルギー 615kcal 蛋白質 23.9 g 脂質 9.5 g 食塩 3.4 g	エネルギー 618kcal 蛋白質 17.7 g 脂質 18.0 g 食塩 3.5 g	

〈めん禁〉

- ・ ごはん
- ・ すまし汁
- ・ 肉団子
- ・ 根菜の煮物
- ・ かぶのサラダ
- ・ バナナヨーグルト

献立変更する場合があります。ご了承ください