



今週の献立



喜多見デイサービスセンター

2023・1・4

1月22日(月)	1月23日(火)	1月24日(水)	1月25日(木)	1月26日(金)	1月27日(土)
鯖のおろしポン酢煮 里芋の煮物 小松菜の海苔和え フルーツ ご飯 清汁	鱈フライ&コロケ 南瓜のそぼろ煮 白菜のサラダ フルーツ ご飯 味噌汁	豚肉のバター醤油炒め こんにゃくの煮物 オクラの和え物 フルーツ ご飯 味噌汁	天井 キャベツの浅漬け フルーツ 味噌汁	フレンチトースト ポークジンジャー ほうれん草のサラダ フルーツ アップルドリンク	豚肉の生姜焼き 里芋の煮物 小松菜のくるみ和え フルーツ ご飯 味噌汁
練り切り	ババロア(いちご)	ロールケーキ(モカ)	誕生会 ドームケーキ	誕生会 パンケーキ	誕生会 キャラメル ケーキ
エネルギー 512 kcal	エネルギー 663 kcal	エネルギー 655 kcal	エネルギー 607 kcal	エネルギー 630 kcal	エネルギー 569 kcal
タンパク質 20.5 g	タンパク質 21.9 g	タンパク質 17.9 g	タンパク質 14.9 g	タンパク質 24.0 g	タンパク質 16.5 g
脂質 12.0 g	脂質 17.5 g	脂質 28.6 g	脂質 8.7 g	脂質 19.5 g	脂質 16.5 g
炭水化物 85.4 g	炭水化物 110.1 g	炭水化物 85.7 g	炭水化物 118.9 g	炭水化物 91.7 g	炭水化物 91.8 g
塩分 2.0 g	塩分 2.4 g	塩分 2.3 g	塩分 3.5 g	塩分 2.7 g	塩分 2.1 g

★おやつ時のお飲み物は、緑茶・コーヒー(ミルク & 砂糖)・紅茶(ミルク & 砂糖)からお好きな物をお選びいただけます。

☆予告無しに内容が変更する場合がございます。

★成分表は、屋食とおやつを合わせたものとなっております。

