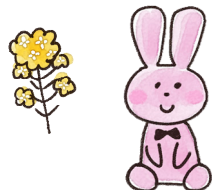


今週の献立



喜多見デイサービスセンター

2024・1・22

2月5日(月)		2月6日(火)		2月7日(水)		2月8日(木)		2月9日(金)		2月10日(土)	
赤魚の味噌焼き 切干大根の炒め煮 春菊の海苔和え フルーツ ご飯 清汁		蒸し鶏のおろしがけ もやしの炒め物 いんげんの胡麻和え フルーツ ご飯 味噌汁		白身魚のバター醤油焼き こんにゃくの炒り煮 オクラの和え物 フルーツ ご飯 味噌汁		銀ダラの和風ムニエル さつま芋の甘煮 ほうれん草の和え物 フルーツ 炊き込みご飯 味噌汁		そばろ丼 ブロッコリーの炒め物 青菜の和え物 フルーツ 清汁		牛肉のしぐれ煮 揚げ茄子の煮物 大根の和え物 フルーツ ご飯 味噌汁	
バナナムース		ババロア(いちご)		どら焼き(こしあん)		ようかん		カタラーナ		パンケーキ(黒蜜)	
エネルギー	490 kcal	エネルギー	504 kcal	エネルギー	516 kcal	エネルギー	526 kcal	エネルギー	699 kcal	エネルギー	566 kcal
タンパク質	20.5 g	タンパク質	22.2 g	タンパク質	19.4 g	タンパク質	19.0 g	タンパク質	21.4 g	タンパク質	20.2 g
脂質	7.3 g	脂質	9.6 g	脂質	9.2 g	脂質	7.8 g	脂質	26.7 g	脂質	16.1 g
炭水化物	88.4 g	炭水化物	84.9 g	炭水化物	92.2 g	炭水化物	98.1 g	炭水化物	94.2 g	炭水化物	87.5 g
塩分	2.0 g	塩分	2.8 g	塩分	2.6 g	塩分	2.7 g	塩分	2.3 g	塩分	2.2 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、昼食とおやつを合わせたものとなっております。

