



今週の献立



喜多見デイサービスセンター

2024・3・25

4月1日(月)		4月2日(火)		4月3日(水)		4月4日(木)		4月5日(金)		4月6日(土)	
ホキの外外ソースがけ 青梗菜の煮浸し カリフラワーの酢の物 フルーツ ご飯 味噌汁		ミートソースパスタ ブロッコリーの炒め物 さつま芋と豆のサラダ フルーツ スープ		麻婆豆腐 焼売 大根のおかか和え フルーツ ご飯 スープ		天津飯 里芋のそぼろ煮 青菜の和え物 フルーツ スープ		ぶりの味噌焼き 小松菜の炒め物 とろろ芋 フルーツ ご飯 かき玉汁		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	
セレクトおやつ		水ようかん		スイスロール(いちご)		どら焼き(こしあん)		パインムース		黒糖饅頭	
エネルギー	521 kcal	エネルギー	661 kcal	エネルギー	558 kcal	エネルギー	590 kcal	エネルギー	554 kcal	エネルギー	622 kcal
タンパク質	17.9 g	タンパク質	22.0 g	タンパク質	17.1 g	タンパク質	20.1 g	タンパク質	22.8 g	タンパク質	21.2 g
脂質	10.9 g	脂質	13.8 g	脂質	16.8 g	脂質	12.2 g	脂質	14.5 g	脂質	16.9 g
炭水化物	89.9 g	炭水化物	116.6 g	炭水化物	86.0 g	炭水化物	102.5 g	炭水化物	88.5 g	炭水化物	97.5 g
塩分	2.0 g	塩分	3.2 g	塩分	3.1 g	塩分	2.9 g	塩分	2.2 g	塩分	2.0 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もございます。

★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。